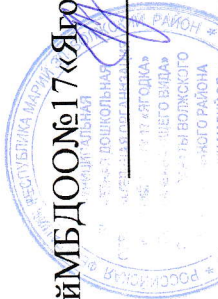


Утверждаю.
 Заведующий МБДОУ №17 «Ягодка» с. Новые Параты
 Н.А. Григорьева
 11.01.2021



Меню- Раскладка

День 3

22.03.2023

	Выход, г		Пищевые вещества, г						Энергетическая ценность (калорийность блюда)		Вит «С», мг		№ рецепта	№тех-нолог карты
	Если	СаД	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Если	СаД	Если	СаД		
			Если	СаД	Если	СаД	Если	СаД						
Завтрак 8:30-9:00	150	200	4,65	6,21	5,31	7,08	23,18	30,91	161,23	214,98	1,04	1,38	№277	№40
	180	200	3,78	4,2	3,26	3,6	15,55	17,3	106,8	118,7	1,44	1,6	№397	№35
	45	60	2,05	2,7	3,21	4,64	23,6	31,5	131,7	175,6	-	-	№2	№79
	375	460	10,5	13,11	11,78	15,32	62,36	79,71	399,73	509,3	2,48	2,98		
95	100	0,36	0,40	0,29	0,30	9,79	10,30	43,7	46,0	4,75	5,0	№368	№47	
Завтрак 10:30-11:00	150	200	1,17	1,4	3,38	4,05	4,11	4,9	59,02	70,08	10,1	12,1	№156	№5
Обед 12:30-13:00	7	11	0,18	0,28	1,4	2,2	0,25	0,39	14,28	22,44	0,04	0,06	№488	
	50	70	7,03	9,84	5,73	8,02	5,11	7,16	99,37	139,13	-	-	№161	№51
	110	130	3,19	3,77	6,71	7,93	22,7	26,9	168,3	198,9	-	-	№508	№20
	30	50	0,36	0,6	1,4	2,33	2,31	3,86	23,4	39,0	2,88	4,8	№51	№93
	150	180	0,12	0,14	0,12	0,14	11,92	14,3	45,0	54,0	4,95	5,94	№254	№31
Полдник 15:30	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,76	47,0	70,5	-	-	№122	№74
	20	30	1,32	1,98	0,24	0,36	6,68	10,02	34,8	52,2	-	-	№123	№75
	537	701	17,89	20,29	19,14	25,27	62,92	82,29	491,17	646,25	17,97	22,9		
	50	70	4,9	6,86	2,32	3,25	28,95	40,5	159,09	218,5	0,13	0,18	№580	№68
150	180	4,35	5,22	3,75	4,5	6,0	7,2	75,0	90,0	1,05	1,26	№535	№49	
200	250	9,25	12,08	6,07	7,75	34,95	47,7	234,09	308,5	1,18	1,41			
1207	1511	38,0	46,24	37,28	48,64	170,02	220,6	1168,6	1510,05	26,38	32,29			
								9						