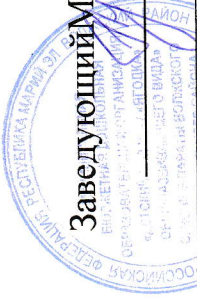


Утверждаю.

Заведующий МБДОУ №17 «Ягодка»

Н.А. Григорьева

11.01.2021г



Меню-Раскладка

**День 6**

27.03.2023

	Выход, г		Пищевые вещества, г										Энергетическая ценность (калорийность) блюда		Вит «С»	№ рецепта	№ тех-нолог. карт		
	Ясли	Саг	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Ясли	Саг	Ясли	Саг	Ясли	Саг					
			Ясли	Саг	Ясли	Саг	Ясли	Саг											
<b>Завтрак</b> 8:30-9:00	150	200	6,0	8,0	6,6	8,8	25,8	34,4	183,0	244,0	1,32	1,76	0,02	0,03	1,32	1,76	№168	№46	
	180	200	0,08	0,1	-	-	13,5	15,0	50,0	60,0	0,02	0,03	0,02	0,03	0,02	0,03	№493	№23	
	20	30	1,5	2,25	0,6	0,9	11,48	17,22	52,4	78,6	-	-	-	-	-	-	№125	№76	
	10	10	0,04	0,04	4,12	4,12	0,04	0,04	37,4	37,40	-	-	-	-	-	-	№111	№81	
	360	440	7,62	10,39	11,32	13,82	50,82	66,7	322,8	420,0	1,34	1,79	3,0	3,6	1,34	1,79	№399	№48	
150	180	0,75	0,90	0,15	0,18	15,2	18,2	69,0	82,8	0,3	0,4	0,3	0,4	0,3	0,4	№86	№8		
<b>Обед</b> 12:30-13:00	150	200	1,33	1,77	3,04	4,05	7,15	9,54	61,38	81,8	0,78	0,9	0,78	0,9	0,78	0,9	№411	№18	
	130	150	9,88	11,4	9,88	11,4	23,49	27,1	222,2	256,4	2,61	4,36	2,61	4,36	2,61	4,36	№89	№29	
	30	50	0,49	0,81	1,27	2,12	3,6	6,0	24,13	40,22	20,0	24,0	20,0	24,0	20,0	24,0	№122	№74	
	150	180	0,34	0,41	0,04	0,05	23,58	28,3	97,5	117,0	-	-	-	-	-	-	№123	№75	
	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,76	47,0	70,5	-	-	-	-	-	-	№557,7	№66;82	
<b>Полдник</b> 15:00	20	30	1,32	1,98	0,24	0,36	6,68	10,02	34,8	52,2	-	-	-	-	-	-	№251	№49	
	500	640	14,88	18,65	14,63	18,22	74,34	95,72	487,01	618,12	23,69	29,66	23,69	29,66	23,69	29,66	№557,7	№66;82	
	50	70	5,57	7,93	7,09	7,62	29,25	41,5	215,6	280,8	0,98	1,3	0,98	1,3	0,98	1,3	№557,7	№66;82	
<b>Итого за день</b>	150	180	4,35	3,75	4,5	6,0	5,84	7,2	75,0	90,0	1,05	1,26	1,05	1,26	1,05	1,26	№251	№49	
	200	250	9,92	11,68	11,59	13,62	35,09	48,7	290,6	370,8	2,03	2,56	2,03	2,56	2,03	2,56	№251	№49	
<b>Итого за день</b>		1210	1510	33,17	41,62	37,69	45,84	175,45	229,32	1169,4	1491,7	30,06	37,61	30,06	37,61	30,06	37,61	№251	№49