

Утверждаю

Н.А.Григорьева

11.01.2021

Заведующий МБДОУ №17 «Яблочка» с. Новые Параты

Меню - Раскладка

**День 3**

20.03.2024 г.

	Выход, г		Пищевые вещества, г						Энергетическая ценность (калорийность блюда)		Вит«С», мг		№ рецепта	№ тех-нолог карт		
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад				
Завтрак 8:30-9:00	Каша манная молочная		150	200	4,65	6,21	5,31	7,08	23,18	30,91	121,23	155,98	1,04	1,38	№277	№40
	Жидкая с маслом		180	200	3,78	4,2	3,26	3,6	15,55	17,3	76,8	95,7	1,44	1,6	№397	№35
	Какао на молоке		45	60	2,05	2,7	3,21	4,64	23,6	31,5	81,7	109,6	-	-	№2	№79
2 завтрак 10:30-11:00	Бутерброд с джемом		375	460	10,5	13,11	11,78	15,32	62,36	79,71	279,73	361,28	2,48	2,98		
	Фрукты. Груши		95	100	0,36	0,40	0,29	0,30	9,79	10,30	53,7	58,0	4,75	5,0	№368	№47
Обед 12:30-13:00	Щи со свежей капустой с картофелем на курином бульоне со сметаной		150	200	1,17	1,4	3,38	4,05	4,11	4,9	59,02	79,08	10,1	12,1	№156	№5
	Котлета мясная с соусом		50	70	7,03	9,84	5,73	8,02	5,11	7,16	110,37	138,13	-	-	№161	№51
	Каша перловая с маслом		110	130	3,19	3,77	6,71	7,93	22,7	26,9	168,3	188,9	-	-	№508	№20
	Икра кабачковая		30	50	0,36	0,6	1,4	2,33	2,31	3,86	23,4	39,0	2,88	4,8	№51	№93
	Промышленного производства															
	Компот из свежих яблок		150	180	0,12	0,14	0,12	0,14	11,92	14,3	44,0	54,0	4,95	5,94	№254	№31
	Хлеб пшеничный		20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,76	47,0	70,5	-	-	№122	№74
Полдник 15:30	Хлеб ржаной		20	30	1,32	1,98	0,24	0,36	6,68	10,02	34,8	52,2	-	-	№123	№75
	Булочка молочная		50	70	4,9	6,86	2,32	3,25	28,95	40,5	136,09	187,5	0,13	0,18	№580	№68
	Кисломолочный продукт		150	180	4,35	5,22	3,75	4,5	6,0	7,2	75,0	90,0	1,05	1,26	№535	№49
Итого за День		1207	1511	38,0	46,24	37,28	48,64	170,02	220,6	1046,39	1341,03	26,38	32,29			

