

Утверждаю.

Заведующий МБДОУ №17 «Ягодка»

Н.А. Григорьева

11.01.2021г.



Меню-Раскладка

**День 1**

11.09.2023 г.

	Выход, г		Пищевые вещества, г						Энергетическая ценность (калорийность продукта)		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	5,77	7,79	7,42	9,90	26,93	35,91	200,18	266,9	1,09	1,46	№282	№38	
	180	200	0,08	0,1	-	-	13,5	15,0	50,0	60,0	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	37,40	37,40	-	-	№111	№81	
	360	430	7,39	10,18	12,4	14,92	51,95	68,17	339,9	442,9	1,11	1,49			
2 завтрак 10:30-11:00	150	180	0,75	0,9	0,15	0,18	15,2	18,2	69,0	82,8	3,0	3,6	№50	№48	
	150	200	1,28	1,71	4,4	5,87	6,63	8,84	71,28	95,04	6,22	8,29	№133	№3	
	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	8,0	11,2	8,17	11,43	1,82	2,54	125,5	175,7	0,65	0,91	№367	№50	
	110	130	5,12	6,05	5,94	7,02	22,94	27,12	168,5	199,13	-	-	№49	№13	
Обед 12:00-13:00	30	50	0,84	1,4	0,69	1,2	1,09	1,8	15,6	26,0	-	-	№244	№87	
	150	180	0,34	0,45	0,08	0,1	25,5	34,0	103,95	124,74	9,68	12,9	№374	№26	
	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	18,6	25,35	21,08	28,42	74,75	99,47	580,91	765,75	16,59	22,16			
Полдник 15:30	50	70	3,08	4,31	1,5	2,11	19,75	27,64	114,5	160,35	1,19	1,67	№65,	№65	
	150	180	-	-	-	-	18,56	22,27	74,21	89,06	0,44	0,52	№425	№37	
	200	250	3,08	4,31	1,5	2,11	38,31	49,91	188,7	249,41	1,63	2,19			
	1247	1561	29,82	40,74	35,16	45,63	180,21	235,75	1178,5	1540,8	22,33	29,44			

*Handwritten signature*