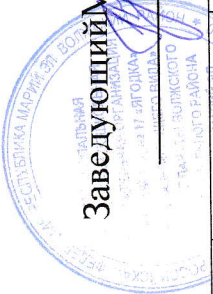


Утверждаю.

Заведующий МБДОУ №17 «Ягодка»

Н.А. Григорьева

11.01.2021г.



Меню-Раскладка

День 5

15.09.2023 г.

Выход,г	Пищевые вещества,г										Энергетическая ценность(калорийность)блюда)		Вит«С»		№ рецепта	№ тех-нологических арты	
	Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Ясли	Саг	Ясли	Саг	Ясли	Саг	Ясли	Саг			
	Ясли	Саг	Ясли	Саг	Ясли	Саг											Ясли
Завтрак 8:30-9:00																	
	150	200	3,95	5,27	8,48	11,31	17,08	22,69	161,5	215,28	0,98	1,33	№260	№41			
	180	200	0,40	0,44	0,10	0,11	25,4	28,22	101,7	113,0	0,98	1,3	№395	№33			
	20/10	30/10	2,34	3,12	5,68	7,57	14,68	19,57	103,13	137,5	-	-	№ 1	№77			
	360	440	6,69	8,83	14,26	18,99	57,16	70,48	366,33	465,78	1,96	2,63					
2завтрак 10:30-11:00	95	100	1,42	1,50	0,48	0,50	19,95	21,0	90,25	95,0	9,5	10,0	№398	№47			
	150/7	200/11	1,29	1,72	3,52	4,69	7,71	10,28	76,5	102,0	7,11	9,48	№142	№ 4			
	50	70	0,18	0,28	1,4	2,2	0,25	0,39	14,28	22,44	0,04	0,06	№488				
Обед 12:30-13:00	110	130	6,9	9,66	4,13	5,78	8,85	12,39	110,03	154,04	0,18	0,25	№255	№58			
	30	50	2,24	2,65	3,52	4,16	14,96	17,68	100,65	118,95	13,7	16,2	№321	№14			
	150	180	1,5	2,5	0,06	0,1	2,5	4,2	16,5	27,5	3,0	5,0	№244	№88			
	20	30	0,33	0,4	0,01	0,02	20,82	25,0	84,8	101,7	0,3	0,4	№508	№27			
	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	15,28	21,47	13,04	17,55	71,61	94,72	484,56	649,33	24,33	31,33					
Полдник 15:00	50	70	3,75	5,25	4,9	6,86	37,2	52,08	208,5	291,9	-	-	№604	№71			
	150	180	2,64	3,17	7,92	9,5	9,17	11,0	83,83	100,6	0,98	1,3	№251	№49			
	200	250	6,39	8,42	12,82	16,36	46,37	63,08	292,33	392,5	0,98	1,3					
Итого за день	1192	1491	30,38	40,22	40,06	53,4	195,09	249,23	1233,47	1602,61	36,77	45,26					