Подписано:
Григорьева Наталья Александровна
DN: cn=Григорьева Наталья Александровна, c=RU, o=МБДОО №17 "Ягодка", ou=с.Новые Параты, email=17_yagodka@mail.ru
Дата: 2023.09.15 08:11:09 +03'00'

Утверждаю.
ЗаведующийМБДОО№17«Ягодка»
_____Н.А.Григорьева
11.01.2021г

# Меню-Раскладка

# День9

21.09.2023 г.

| | | Выход,г | | Пищевыевещества,г | | | | | | Энергетическая ценность(калорий-Ность блюда) | | Вит«С» | | № рецепта | № технолог.Карты |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Ясли | Сад | Белки,г | | Жиры,г | | Углеводы,г | | Ясли | Сад | Ясли | Сад | | |
| | | | | Ясли | Сад | Ясли | Сад | Ясли | Сад | | | | | | |
| **Завтрак 8:30-9:00** | **Суп молочный с рисовой крупой** | **150** | **200** | 3,61 | 4,8 | 3,88 | 5,17 | 12,39 | 16,52 | 100,62 | 134,16 | 0,68 | 0,91 | №235 | №45 |
| | **Яйцо варёное** | **20** | **20** | 2,5 | 2,5 | 2,3 | 2,3 | 0,15 | 0,15 | 31,5 | 31,5 | - | - | №424 | №83 |
| | **Батон нарезной** | **20** | **30** | 1,5 | 2,25 | 0,6 | 0,9 | 11,48 | 17,22 | 52,4 | 78,6 | - | - | №125 | №76 |
| | **Чай с сахаром** | **180** | **200** | 0,08 | 0,1 | - | - | 13,5 | 15,0 | 50,0 | 60,0 | 0,02 | 0,03 | №493 | №23 |
| | | **370** | **450** | **7,69** | **9,65** | **6,78** | **8,37** | **37,52** | **48,89** | **234,52** | **304,26** | **0,7** | **0,94** | | |
| **2завтрак 10:30-11:00** | **Фрукты. Яблоки** | **95** | **100** | **0,38** | **0,40** | **0,38** | **0,40** | **9,31** | **9,8** | **41,8** | **44,0** | **9,5** | **10,0** | №368 | №47 |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Обед 12:30-13:00** | **Суп крестьянский с мясом со сметаной** | **150/7** | **200/11** | 1,45<br>0,18 | 2,0<br>0,28 | 4,46<br>1,4 | 5,95<br>2,2 | 8,97<br>0,25 | 11,96<br>0,39 | 81,78<br>14,28 | 109,04<br>22,44 | 6,01<br>0,04 | 8,01<br>0,06 | №160 | № 9 |
| | **Куриные биточки** | **50** | **70** | 8,43 | 11,81 | 9,08 | 12,7 | 3,34 | 4,68 | 129,4 | 181,18 | 0,03 | 0,05 | № 309 | №55 |
| | **Гороховое пюре с маслом** | **110** | **130** | 12,88 | 15,2 | 5,84 | 6,90 | 28,18 | 33,3 | 200,1 | 236,5 | - | - | №161 | №17 |
| | **Огурцы маринованные** | **30** | **50** | 1,5 | 2,5 | 0,06 | 0,01 | 2,5 | 4,1 | 16,5 | 27,5 | - | - | №29 | №92 |
| | **Напиток из апельсина** | **150** | **180** | 0,34 | 0,45 | 0,08 | 0,1 | 25,5 | 30,6 | 103,95 | 124,7 | 9,68 | 11,6 | №374 | №26 |
| | **Хлеб пшеничный** | **20** | **30** | 1,52 | 2,28 | 0,16 | 0,24 | 9,84 | 14,76 | 47,0 | 70,5 | - | - | №122 | №74 |
| | **Хлеб ржаной** | **20** | **30** | 1,32 | 1,98 | 0,24 | 0,36 | 6,68 | 10,02 | 34,8 | 52,2 | - | - | №123 | №75 |
| | | **537** | **701** | **27,62** | **36,5** | **21,32** | **28,36** | **85,26** | **109,8** | **627,81** | **824,06** | **15,76** | **19,72** | | |
| **Полдник 15:00** | **Пудинг творожный с яблоком** | **130** | **150** | 17,68 | 20,42 | 13,8 | 16,0 | 19,02 | 21,95 | 271,7 | 313,5 | 1,7 | 2,01 | №240 | №63 |
| | **Компот из изюма** | **150** | **180** | 0,33 | 0,40 | 0,08 | 0,1 | 21,16 | 25,4 | 84,8 | 101,7 | - | - | №376 | №28 |
| | | **280** | **330** | **18,01** | **20,82** | **13,9** | **16,1** | **40,18** | **47,35** | **356,5** | **415,2** | **1,7** | **2,01** | | |
| | **Итого за день** | **1282** | **1581** | **53,7** | **67,37** | **42,38** | **53,23** | **172,27** | **215,84** | **1260,63** | **1587,52** | **27,66** | **32,67** | | |