

Меню-Раскладка

**День 8**

28.02.2024 г.

Утверждаю.  
 Заведующий МБДОУ №17 «Ягодка» с.Новые Цараты  
 Н.А. Григорьева  
 11.01.2021г.



|                        | Выход,г                                     | Пищевые вещества,г |             |                 |       |                |       |                    |        | Энергетическая ценность (калорийность) (блюда) |         | Вит«С» |       | № рецепта | № тех-нолог. карты |
|------------------------|---|--------------------|-------------|-----------------|-------|----------------|-------|--------------------|--------|--|---------|--------|-------|-----------|--------------------|
|                        |   | Ясли               | Сад         | Белки,г<br>Ясли | Сад   | Жиры,г<br>Ясли | Сад   | Углеводы,г<br>Ясли | Сад    | Ясли   | Сад     | Ясли   | Сад   |           |                    |
| Завтрак<br>8:30-9:00   | Каша «Геркулес» молочная<br>Вязкая с маслом | 150                | 200         | 4,76            | 6,35  | 6,38           | 8,51  | 16,4               | 21,86  | 128,5  | 157,0   | 1,46   | 1,95  | №93       | №39                |
|                        |   | 180                | 200         | 2,85            | 3,17  | 2,41           | 2,68  | 14,36              | 15,95  | 71,0   | 96,0    | 1,17   | 1,3   | №395      | №33                |
|                        | Бутерброд с сыром                           | 20/5<br>/10        | 30/5<br>/15 | 4,33            | 6,29  | 6,82           | 8,40  | 12,13              | 16,96  | 80,6   | 105,6   | 0,07   | 0,11  | № 3       | №78                |
|                        |   | 365                | 450         | 11,94           | 15,81 | 15,6           | 19,59 | 42,89              | 54,77  | 280,1  | 358,6   | 2,7    | 3,36  |           |                    |
| Завтрак<br>10:30-11:00 | Фрукты. Бананы                              | 95                 | 100         | 1,42            | 1,50  | 0,48           | 0,50  | 19,95              | 21,0   | 90,25  | 95,0    | 9,5    | 10,0  | №398      | №47                |
| Обед<br>12:30-13:00    | Суп картофельный с<br>рыбными консервами    | 150                | 200         | 5,54            | 7,39  | 4,3            | 5,79  | 9,63               | 12,84  | 116,75   | 146,0   | 4,74   | 6,32  | №159      | №11                |
|                        |   | 130                | 150         | 13,15           | 15,17 | 13,5           | 15,6  | 10,15              | 11,71  | 225,54   | 265,54  | 4,45   | 5,34  | №379      | №16                |
|                        |   | 30                 | 50          | 1,5             | 2,5   | 0,06           | 0,1   | 2,5                | 4,2    | 16,5   | 31,5    | 3,0    | 5,0   | №29       | №88                |
|                        |   | 150                | 180         | 0,12            | 0,18  | 0,12           | 0,18  | 11,92              | 15,9   | 50,0   | 60,6    | 4,95   | 6,6   | №240      | №32                |
|                        |   | 20                 | 30          | 1,52            | 2,28  | 0,16           | 0,24  | 9,84               | 14,76  | 47,0   | 70,5    | -      | -     | №122      | №74                |
|                        | Хлеб пшеничный                              | 20                 | 30          | 1,32            | 1,98  | 0,24           | 0,36  | 6,68               | 10,02  | 34,8   | 52,2    | -      | -     | №123      | №75                |
|                        |   | 500                | 640         | 23,15           | 29,5  | 18,42          | 20,44 | 50,72              | 69,43  | 490,59   | 626,34  | 16,77  | 22,18 |           |                    |
|                        |   | 50                 | 70          | 4,05            | 5,67  | 3,21           | 4,49  | 29,72              | 41,60  | 136,4  | 182,3   | -      | -     | №573      | №67                |
| Полдник<br>15:00       | Кисломолочный продукт.<br>(Яряженка)        | 150                | 180         | 4,35            | 5,22  | 3,75           | 4,5   | 6,0                | 7,2    | 75,0   | 90,0    | 1,05   | 1,26  | №251      | №49                |
|                        |   | 200                | 250         | 8,4             | 10,89 | 6,96           | 8,99  | 35,72              | 48,88  | 211,4  | 272,3   | 1,05   | 1,26  |           |                    |
|                        | Итого за День                               | 1160               | 1440        | 44,91           | 57,7  | 41,46          | 49,52 | 149,28             | 194,08 | 1072,34  | 1352,24 | 30,02  | 36,8  |           |                    |