

Утверждаю

заведующий

МДОУ №22 "Малыш"

/Найденова Елена Валентиновна/

# МЕНЮ

9 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,8	2,8	17	108	0,4
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		11,7	47	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>6,2</b>	<b>7,8</b>	<b>44,1</b>	<b>271</b>	<b>0,4</b>
<b>Обед</b>								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	1,4	1,7	10,2	61	5
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	9,1	10,2	7,5	158	0
2012	206	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,4	3,9	27,9	164	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			14,6	58	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>520</b>	<b>17,5</b>	<b>16,2</b>	<b>77,2</b>	<b>523</b>	<b>5</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	СНЕЖОК 2,5%	150	3,9	3,8	16,5	116	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>6,2</b>	<b>4,7</b>	<b>31,9</b>	<b>195</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ОВОЩАМИ	120	2	6,1	14,4	121	7,1
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	36	0,3		0,9	5	3,6
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		11,7	47	0
<b>Итого</b>			<b>306</b>	<b>2,4</b>	<b>6,1</b>	<b>27</b>	<b>173</b>	<b>10,7</b>
<b>Всего</b>				<b>32,3</b>	<b>34,8</b>	<b>180,2</b>	<b>1162</b>	<b>16,1</b>

мед. сестра \_\_\_\_\_

Багрова Ирина Львовна