Утверждаю

заведующий
МБДОУ детский сад "Рябинушка" г. Южи
_____ /Морозова Т.М./

МЕНЮ

19 февраля 2024 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,99	7,98	18,21	165,32	0,58
к/к	к/к	БАТОН ПРОСТОЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	190	3,51	3,72	9,75	87,45	0,62
Итого			**370**	**10,41**	**16,56**	**40,85**	**355,67**	**1,20**
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,81	47,06	10,01
Итого			**100**	**0,40**	**0,40**	**9,81**	**47,06**	**10,01**
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	0,74	2,54	4,29	42,99	2,30
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	3,03	7,90	5,01	103,24	1,60
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	8,58	15,69	9,07	213,63	26,06
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ ("ДАРНИЦКИЙ")	28	1,82	0,24	11,66	56,09	0,00
Итого			**488**	**14,17**	**26,37**	**34,87**	**435,30**	**29,96**
Полдник								
2012	447	БЛИНЧИКИ С МАСЛОМ	100	9,17	11,98	49,13	340,82	0,29
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	190	0,10	0,00	3,83	15,71	0,02
Итого			**290**	**9,27**	**11,98**	**52,96**	**356,53**	**0,31**
Всего				**34,25**	**55,31**	**138,49**	**1 194,56**	**41,48**