

Утверждаю

Заместитель заведующего
МБДОУ детский сад "Рыбка"
/Чудинова И.В./



МЕНЮ

23 апреля 2024 г.

1-3 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	КАША РИСОВАЯ	200	4,93	9,33	19,60	183,13	0,78
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,58	8,37	10,12	122,16	0,00
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,53	2,79	9,87	75,47	0,48
Итого			410	9,04	20,49	39,59	380,76	1,26
II Завтрак								
2008	442	СОК	200	1,07	0,27	19,78	86,67	1,60
Итого			200	1,07	0,27	19,78	86,67	1,60
Обед								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,08	6,09	7,76	102,68	5,13
2008	266	ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	185	15,33	24,34	36,24	426,10	1,74
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,28	0,19	28,45	117,97	3,87
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого			700	24,37	31,17	101,72	788,59	14,74
Уплотненный полдник								
2008	260	АЗУ С КАРТОФЕЛЕМ	180	14,93	18,28	16,03	288,64	7,88
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		ЯБЛОКО	101	0,40	0,40	9,86	47,27	10,06
Итого			504	17,44	18,94	47,13	433,10	19,04
Вечерний чай								
2008	435	ЙОГУРТ	115	3,22	2,88	5,19	64,99	0,81
2008		ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого			145	4,99	4,29	27,69	174,79	0,81
Всего				56,91	75,16	235,91	1 863,91	37,45