

Утверждаю

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



МЕНЮ

3 мая 2024 г.

1-3 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	205	9,51	11,59	30,02	263,67	0,9
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5,01	4,55	10,04	101,96	0,1
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,53	2,79	13,78	91,08	0,4
Итого			420	17,05	18,93	53,84	456,71	1,53
II Завтрак								
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	115	3,22	2,88	5,18	64,98	0,35
Итого			115	3,22	2,88	5,18	64,98	0,35
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,19	0,00	0,44	3,25	0,50
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,60	8,30	10,30	141,00	5,10
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/30	13,51	8,68	2,18	157,16	10,09
2008	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,48	3,72	32,16	180,27	0,00
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,15	0,06	20,42	85,39	1,76
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	3,71	0,49	23,74	114,22	0,00
Итого			706	27,64	21,25	89,24	681,29	17,45
Уплотненный полдник								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	7,35	8,60	21,91	195,45	0,05
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,83	47,16	10,04
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,56	3,70	11,01	92,85	0,57
Итого			460	11,31	12,70	42,75	335,46	10,66
Вечерний чай								
2012		ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ	90	7,68	6,47	36,56	235,05	2,01
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	33,60	0,00
Итого			276	7,68	6,47	44,96	268,65	2,01
Всего				66,90	62,23	235,97	1 807,09	32,00