

Утверждаю

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



МЕНЮ

7 мая 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	180	4,70	5,66	15,24	131,64	0,66
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,58	8,37	10,12	122,16	0,00
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	255	2,72	2,77	9,65	75,39	0,42
Итого			465	9,00	16,80	35,01	329,19	1,08
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	115	3,22	2,88	5,19	64,99	0,81
Итого			115	3,22	2,88	5,19	64,99	0,81
Обед								
2012	41	САЛАТ СОЛНЕЧНЫЙ		6,33	6,06	2,91	91,87	0,23
2008	98	СУП ПИТАТЕЛЬНЫЙ	200	2,36	2,11	15,04	83,79	5,28
2008	259	ГУЛЯШ	50/50	1,24	7,89	7,34	105,43	1,04
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	130	3,20	3,98	33,34	181,01	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,78	0,05	13,38	57,63	0,24
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,72	0,23	11,02	53,03	0,00
	ТК №004	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,600	26	1,98	0,16	13,05	61,57	0,00
Итого			632	17,61	20,48	96,08	639,33	6,79
Уплотненный полдник								
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	185	3,62	6,55	21,34	159,05	10,75
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,72	0,23	11,02	53,03	0,00
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	33,60	0,00
Итого			397	5,34	6,78	40,76	245,68	10,75
Вечерний чай								
2012		ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ	90	6,81	5,81	47,31	268,47	0,05
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
Итого			283	6,93	5,81	55,83	304,47	1,15
Всего				42,10	52,75	232,87	1 583,66	20,58