

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ детский сад "Рыбка"

/Зеленина Л.Н./

МЕНЮ

11 апреля 2024 г.

1-3 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	416	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,40	8,43	16,58	164,18	0,72
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,20	0,09	17,43	75,36	0,08
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,58	2,79	13,89	91,68	0,48
Итого			360	9,18	11,31	47,90	331,22	1,28
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,43	4,89	7,18	91,67	0,82
Итого			150	4,43	4,89	7,18	91,67	0,82
Обед								
		ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГОВЯДИНОЙ	200/15	5,19	3,65	15,09	114,37	4,87
2012	115	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	21	2,41	0,19	15,82	74,66	0,00
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	19,88	19,50	19,14	331,32	9,66
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,16	0,16	28,00	115,00	1,60
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,16	0,15	7,42	35,69	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,34	0,11	8,78	41,44	0,00
Итого			682	30,14	23,76	94,25	712,48	16,13
Уплотненный полдник								
2012	396	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,97	2,17	3,19	40,74	0,36
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МАЛИНОВЫМ ВАРЕНЕМ	135	18,17	14,09	35,26	339,79	0,55
2008		ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,72	61,02	12,98
Итого			415	20,66	16,78	51,17	441,55	13,89
Вечерний чай								
2012		ПИРОГ С ПОВИДЛОМ	100	8,11	7,85	49,97	302,67	0,14
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	150/6	0,00	0,00	7,04	28,16	0,00
Итого			256	8,11	7,85	57,01	330,83	0,14
Всего				72,52	64,59	257,51	1 907,75	32,26