

Утверждаю

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



МЕНЮ

15 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								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	205	9,51	11,59	30,02	263,67	0,95
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5,01	4,55	10,04	101,96	0,11
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,53	2,79	13,78	91,08	0,47
Итого			420	17,05	18,93	53,84	456,71	1,53
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	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	1,30	4,86	8,28	82,54	5,14
2008	259	ГУЛЯШ	50/50	1,23	6,58	6,29	87,98	0,82
2008	323	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,12	3,99	32,67	178,49	0,00
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,30	0,12	21,56	90,66	24,83
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого			595	8,33	9,34	86,04	463,58	29,97
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№02 9	ЧАЙ С САХАРОМ	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				47,59	50,32	232,78	1 589,34	44,98