

Утверждаю

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



МЕНЮ

16 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,16	5,81	17,46	143,81	0,68
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,42	0,15	17,93	77,19	0,36
2008	434	ЧАЙ С САХАРОМ	144	4,28	4,71	6,93	88,46	0,79
Итого			354	10,86	10,67	42,32	309,46	1,83
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								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0,19	1,96	0,76	21,47	0,79
2012	64	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	195	1,69	4,97	10,88	95,15	5,23
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ПАРОВЫЕ)	50/25	0,80	2,92	6,17	54,30	0,20
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	3,96	3,37	19,21	120,58	0,00
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,40	0,09	17,29	72,28	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,52	0,33	16,11	77,50	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,44	0,20	16,06	75,78	0,00
Итого			710	12,00	13,84	86,48	517,05	6,22
Уплотненный полдник								
2012	449	ОЛАДЬИ	135	6,28	12,14	34,63	272,88	0,00
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,47	2,74	10,07	75,48	0,47
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,83	47,16	10,04
Итого			415	9,15	15,28	54,53	395,42	10,51
Вечерний чай								
	ТК№019	ПРЯНИКИ	40	2,40	1,87	30,00	98,67	0,00
2008		ЙОГУРТ	115	3,22	2,88	5,19	64,99	0,81
Итого			155	5,62	4,75	35,19	163,66	0,81
Всего				38,70	44,81	238,30	1 472,27	20,97