

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ детский сад "Рыбка"  
Зеленина Л.Н./



# МЕНЮ

19 февраля 2024 г.

3-7 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	4,76	6,10	16,54	141,09	0,78
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,58	8,37	10,12	122,16	0,00
	TKN№029	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,67	2,83	22,12	125,22	0,12
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>9,01</b>	<b>17,30</b>	<b>48,78</b>	<b>388,47</b>	<b>0,85</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	401	СНЕЖОК	200	3,60	2,00	8,40	80,00	0,20
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>3,60</b>	<b>2,00</b>	<b>8,40</b>	<b>80,00</b>	<b>0,20</b>
<b>Обед</b>								
2012	41	САЛАТ СОЛНЕЧНЫЙ	5	7,21	7,11	4,31	110,68	0,34
2008	98	СУП ПИТАТЕЛЬНЫЙ	250	2,98	3,08	18,94	115,73	6,60
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	1,16	3,45	2,08	44,15	1,35
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С СОУСОМ	190	4,96	4,62	42,99	234,85	3,85
	TKN№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,91	0,05	14,67	63,59	0,24
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,65	0,48	23,36	112,38	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,79	0,23	18,33	86,51	0,00
<b>Итого</b>			<b>787</b>	<b>23,66</b>	<b>19,02</b>	<b>124,68</b>	<b>767,89</b>	<b>12,43</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	19,61	21,01	23,61	361,79	11,92
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
	TKN№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	33,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>416</b>	<b>21,60</b>	<b>21,27</b>	<b>44,73</b>	<b>456,58</b>	<b>11,92</b>
<b>Вечерний чай</b>								
	TKN№038	ЧАЙ	180/6/7	0,08	0,00	5,89	23,88	0,02
2012		ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ	100	6,34	3,60	40,32	218,84	0,00
<b>Итого</b>			<b>293</b>	<b>6,42</b>	<b>3,60</b>	<b>46,21</b>	<b>242,72</b>	<b>0,02</b>
<b>Всего</b>				<b>64,29</b>	<b>63,19</b>	<b>272,80</b>	<b>1 935,66</b>	<b>25,42</b>