

Утверждаю

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



# МЕНЮ

22 апреля 2024 г.

1-3 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	328	КАША ВЯЗКАЯ "АРТЕКОВСКАЯ"	155	6,50	9,07	34,20	245,11	0,59
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1,42	0,11	16,95	74,50	0,06
	ТК№02 8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,53	2,79	9,91	75,60	0,47
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>10,45</b>	<b>11,97</b>	<b>61,06</b>	<b>395,21</b>	<b>1,12</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	115	3,22	2,88	5,19	64,99	0,81
<b>Итого</b>			<b>115</b>	<b>3,22</b>	<b>2,88</b>	<b>5,19</b>	<b>64,99</b>	<b>0,81</b>
<b>Обед</b>								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0,19	1,96	0,76	21,48	0,80
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,64	5,95	17,28	137,39	3,67
2012	276	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	200	15,73	14,77	17,81	267,86	12,35
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,15	0,06	20,42	85,39	1,76
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
	ТК №004	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,600	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>690</b>	<b>23,20</b>	<b>23,60</b>	<b>79,29</b>	<b>625,71</b>	<b>18,58</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	8,24	10,81	24,67	230,06	0,06
2008		МАНДАРИН	101	0,81	0,20	7,55	38,24	38,24
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	33,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>487</b>	<b>9,05</b>	<b>11,01</b>	<b>40,62</b>	<b>301,90</b>	<b>38,30</b>
<b>Вечерний чай</b>								
2012	488	КЕКС ТВОРОЖНЫЙ	60	5,71	10,52	32,17	246,79	0,03
	ТК№005	СОК	200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
<b>Итого</b>			<b>260</b>	<b>6,71</b>	<b>10,72</b>	<b>52,37</b>	<b>332,79</b>	<b>4,03</b>
<b>Всего</b>				<b>52,63</b>	<b>60,18</b>	<b>238,53</b>	<b>1 720,60</b>	<b>62,84</b>