

Утверждаю

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

# МЕНЮ

26 апреля 2024 г.

1-3 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	416	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,24	7,56	15,81	152,85	0,71
2008	2	БУТЕРБРОД С ВАРЕНЬЕМ	30	1,28	0,15	19,90	83,97	0,48
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,61	2,79	13,94	92,04	0,49
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>9,13</b>	<b>10,50</b>	<b>49,65</b>	<b>328,86</b>	<b>1,68</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЙОГУРТ	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>								
		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	20	2,37	0,19	15,58	73,51	0,00
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	19,96	18,76	19,24	325,51	9,71
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,16	0,16	27,12	111,53	1,64
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1,06	0,14	6,78	32,63	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,22	0,10	8,03	37,89	0,00
<b>Итого</b>			<b>677</b>	<b>29,96</b>	<b>23,00</b>	<b>91,84</b>	<b>695,44</b>	<b>16,22</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУШЕННЫМ МОЛОКОМ	135	17,89	12,85	36,35	332,21	0,54
2012	396	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,97	2,17	3,19	40,74	0,36
2008		АПЕЛЬСИН	99	0,89	0,20	8,05	42,74	59,64
<b>Итого</b>			<b>384</b>	<b>20,75</b>	<b>15,22</b>	<b>47,59</b>	<b>415,69</b>	<b>60,54</b>
<b>Вечерний чай</b>								
2012		БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	95	7,45	6,49	48,14	280,67	0,14
2008	442	СОК	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
<b>Итого</b>			<b>295</b>	<b>8,45</b>	<b>6,69</b>	<b>67,94</b>	<b>366,67</b>	<b>4,14</b>
<b>Всего</b>				<b>71,51</b>	<b>58,29</b>	<b>262,21</b>	<b>1 871,65</b>	<b>83,39</b>