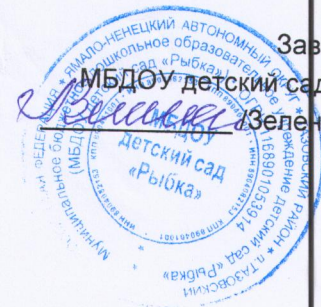


Утверждаю

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



# МЕНЮ

26 декабря 2023 г.

1-3 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>								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	155	6,87	9,14	29,30	227,63	0,66
2012	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,28	10,00	8,13	127,65	0,00
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	33,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>366</b>	<b>8,15</b>	<b>19,14</b>	<b>45,83</b>	<b>389,08</b>	<b>0,66</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	150	0,60	0,60	14,67	70,34	14,97
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,60</b>	<b>0,60</b>	<b>14,67</b>	<b>70,34</b>	<b>14,97</b>
<b>Обед</b>								
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,77	2,07	3,92	42,10	5,45
2012	64	СВЕКОЛЬНИК	245	7,04	10,49	13,33	176,02	6,51
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	9,92	2,39	5,85	84,60	0,59
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	24	1,83	0,15	12,04	56,84	0,00
<b>Итого</b>			<b>737</b>	<b>27,44</b>	<b>18,89</b>	<b>87,75</b>	<b>629,92</b>	<b>12,55</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,53	2,79	10,15	76,59	0,48
2012	422	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ЯБЛОКАМИ	185	3,76	5,94	35,84	213,61	2,37
2008		БАНАН	99	1,49	0,50	20,87	95,42	9,94
<b>Итого</b>			<b>464</b>	<b>7,78</b>	<b>9,23</b>	<b>66,86</b>	<b>385,62</b>	<b>12,79</b>
<b>Вечерний чай</b>								
	ТК№019	ПРЯНИКИ	60	3,60	2,80	45,00	148,00	0,00
2008		ЙОГУРТ	115	3,22	2,88	5,19	64,99	0,81
<b>Итого</b>			<b>175</b>	<b>6,82</b>	<b>5,68</b>	<b>50,19</b>	<b>212,99</b>	<b>0,81</b>
<b>Всего</b>				<b>50,79</b>	<b>53,54</b>	<b>265,30</b>	<b>1 687,95</b>	<b>41,78</b>