

Согласовано

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида № 67"

/Смирнова Т.А./

МЕНЮ

4 апреля 2024 г.

Группа с пищевой аллергией

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	340	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	200	11,2	6,1	23,4	193	0
2008	69	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,6	2,3	0,2	32	0
2008		БАТОН	25	2	0,3	12,3	60	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,7	31	0
Итого			425	15,9	8,7	43,6	316	0
II Завтрак								
2008	143	БАНАН	100	1,1	0,4	14,7	67	7
Итого			100	1,1	0,4	14,7	67	7
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,3	0,1	1,1	7	7,1
2008		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	180	6	6,5	8,2	115	4,1
2008	304	ОВОЩИ ТУЩЕННЫЕ С МЯСОМ И РИСОМ	150	7,7	6,5	10,5	132	17,7
2008	132	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	92	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	16,5	68	0
Итого			585	17,3	13,6	55,4	414	28,9
Уплотненный полдник								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	17	0,3	1,5	1,3	19	1,1
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,2	0,5	26,7	128	0
2008	103	КУРА ОТВАРНАЯ	50	6,1	5,2		72	0,3
2008	132	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
2008	429	ЧАЙ СЛАДКИЙ	150	0,1		5,1	20	0
Итого			367	12	7,4	41,6	280	1,4
Всего				46,3	30,1	155,3	1077	37,3

Шаповалова Е.Е., Пряхина И.П., Соловьева Г.В.