

Согласовано

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида № 67"

_____/Смирнова Т.А./

МЕНЮ

22 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	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ НА ВОДЕ	150	4	1	27,4	135	0
2008		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,5	2,2	0,1	31	0
2008		БАТОН	25	2	0,3	12,3	60	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,7	31	0
Итого			375	8,6	3,5	47,5	257	0
II Завтрак								
2008	141	ЯБЛОКО	95	0,3	0,3	8,2	39	8,4
Итого			95	0,3	0,3	8,2	39	8,4
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,3	0,1	1,1	7	7,1
2008	22	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ	180	4,6	3	5,9	70	8,5
2008	97	ПЛОВ С МЯСОМ	170	7,1	9,4	29,5	231	1,1
2008	132	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	16,5	68	0
Итого			590	14,3	12,9	65,7	437	16,7
Уплотненный полдник								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	15	0,3	1,2	1	16	1
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,2	0,5	26,7	128	0
2008	315	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	11,9	14,3	5,4	197	0,2
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			375	17,8	16,2	46,7	402	1,2
Всего				41	32,9	168,1	1135	26,3

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