

Согласовано

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида № 67"

\_\_\_\_\_/Смирнова Т.А./

**МЕНЮ**

23 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 |                               |                |
| <b>Завтрак</b>             |               |                                     |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008                       | 324           | КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ НА ВОДЕ         | 200        | 2,9               | 0,4         | 32,6         | 146                           | 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              |
| <b>Итого</b>               |               |                                     | <b>425</b> | <b>7,6</b>        | <b>3</b>    | <b>52,8</b>  | <b>269</b>                    | <b>0</b>       |
| <b>II Завтрак</b>          |               |                                     |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008                       | 141           | ЯБЛОКО                              | 100        | 0,4               | 0,4         | 8,6          | 41                            | 8,8            |
| <b>Итого</b>               |               |                                     | <b>100</b> | <b>0,4</b>        | <b>0,4</b>  | <b>8,6</b>   | <b>41</b>                     | <b>8,8</b>     |
| <b>Обед</b>                |               |                                     |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008                       |               | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                      | 30         | 0,3               | 0,1         | 1,1          | 7                             | 7,1            |
| 2008                       | 99            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С        | 200        | 9,5               | 10          | 14,2         | 184                           | 4,6            |
| 2008                       | 308           | ИНДЕЙКА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ | 175        | 8,4               | 12,5        | 15,3         | 209                           | 13,9           |
| 2008                       | 132           | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 45         | 3                 | 0,4         | 19,1         | 92                            | 0              |
| 2008                       | 122           | СОК                                 | 180        | 0,9               | 0,2         | 18,2         | 77                            | 3,6            |
| <b>Итого</b>               |               |                                     | <b>630</b> | <b>22,1</b>       | <b>23,2</b> | <b>67,9</b>  | <b>569</b>                    | <b>29,2</b>    |
| <b>Уплотненный полдник</b> |               |                                     |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008                       |               | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ    | 25         | 0,5               | 2,2         | 1,9          | 29                            | 1,7            |
| 2008                       | 325           | РИС ОТВАРНОЙ                        | 130        | 2,7               | 0,4         | 28,5         | 128                           | 0              |
| 2008                       | 94            | АЗУ ИЗ ИНДЕЙКИ                      | 70         | 10,3              | 17          | 4,5          | 212                           | 0,7            |
| 2008                       | 132           | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 20         | 1,3               | 0,2         | 8,5          | 41                            | 0              |
| 2008                       | 429           | ЧАЙ СЛАДКИЙ                         | 150        | 0,1               |             | 5,1          | 20                            | 0              |
| 2008                       | 141           | ЯБЛОКО                              | 100        | 0,4               | 0,4         | 8,6          | 41                            | 8,8            |
| <b>Итого</b>               |               |                                     | <b>495</b> | <b>15,3</b>       | <b>20,2</b> | <b>57,1</b>  | <b>471</b>                    | <b>11,2</b>    |
| <b>Всего</b>               |               |                                     |            | <b>45,4</b>       | <b>46,8</b> | <b>186,4</b> | <b>1350</b>                   | <b>49,2</b>    |

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