

Согласовано

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида № 67"

_____/Смирнова Т.А./

МЕНЮ

24 апреля 2024 г.

Группа с пищевой аллергией

Сборник рецептов	№ 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	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2008		БАТОН	25	2	0,3	12,3	60	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,7	31	0
Итого			395	11	5,8	47,7	287	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	22	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	1,2	0,1	5,9	30	8,5
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,5	0,5	20,3	96	10,2
2008	315	ТЕФТЕЛИ ИЗ ИНДЕЙКИ	60	12,3	17,8	5,4	231	0,2
2008	132	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150			4,9	19	0
Итого			580	18,3	18,8	50,3	444	26
Уплотненный полдник								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	18	0,3	1,6	1,4	21	1,2
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,3	0,5	27,4	131	0
2008	94	ГУЛЯШ 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
Итого			488	16,7	19,7	55,5	466	10,7
Всего				47,1	44,7	168,2	1264	43,7

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