

МАДОУ «Детский сад №4»

Меню 3 день (2-3 года)

Сбор- ник рецеп- тур	№ Техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергети- ческая ценность	Витамин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы ,г		
Завтрак								
2008	184	Каша молочная овсяная с маслом	150	3,9	3,2	16,7	111,2	0,6
2008		Каша овсяная на воде (аллергики)	150	1,9	1,6	8,4	55,6	0,3
2008	432	Кофейный напиток на молоке	150	3,6	3,0	12,2	90,2	0,6
2008	432	Кофейный напиток на воде (аллергики)	150	1,9	1,6	6,6	48,4	0,2
2008		Батон с маслом	30	2,1	4,3	13,5	101,1	0
Итого			421	10,7	12,4	52,7	365,2	1,5
II завтрак								
2008		Ацидолакт	150	5,1	3,8	8,3	87,8	1,1
2008	402	Компот из сухофруктов (аллергики)	150	0	0	8,1	32,4	1,5
Итого			0,150	5,1	3,8	8,3	87,8	1,1
Обед								
2008	93	Суп лапша по-домашнему с курицей	180	5,5	4,5	24,6	160,9	6,8
2008	265	Плов с мясом	100	10,1	25,7	16,0	335,7	1,2
1997	71	Салат из квашенной капусты	30	0,4	1,5	1,4	16,2	4,6
2008	394	Компот из свежих яблок	150	0,2	0,2	13,1	55,0	2,1
2008		Хлеб ржаной	33,3	3,0	0,6	14,6	75,8	0
2008		Батон	12,5	1,6	0,1	7,0	35,3	0
Итого			637,5	24,3	38,5	106,7	870,5	13,5
Полдник								
2008	51	Винегрет овощной	150	2,3	0,2	12,7	115,8	15,0
2008		Салат овощной без свеклы (аллергики)	120	2,0	6,0	12,0	36,8	5,3
		Чай с сахаром	150	0,1	0	7,1	28,4	0
2008		Батон	12,5	1,6	0,1	7,0	35,3	0
Итого				4,0	0,3	26,8	179,5	15,0
Всего							1503,0	