ЧДОУ "Детский сад "Кораблик"

МЕНЮ

16 ноября 2026 г.

Ранний возраст

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	14	ЛАПША С ЯЙЦОМ	150/15	1,68	2,72	9,97	71,16	0,00
2010	113	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,44	1,82	14,18	78,96	0,00
2010	93	ЧАЙ	150	0,08	0,00	0,16	0,96	0,02
Итого			**335**	**3,20**	**4,54**	**24,31**	**151,08**	**0,02**
II Завтрак								
2010	91	СОК	100	0,52	0,11	10,55	71,03	10,77
Итого			**100**	**0,52**	**0,11**	**10,55**	**71,03**	**10,77**
Обед								
2010	20	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ	150/15	7,53	3,70	10,40	105,16	0,18
2010	105	ТУШЕНЫЙ ГОРОШЕК	40	1,15	2,51	2,43	36,73	1,54
2010	49	ОТВАРНАЯ ГРЕЧА	120	3,71	3,35	23,46	138,73	0,00
2010	38	ГУЛЯШ	60	5,29	7,35	3,07	99,44	0,42
2010	84	КИСЕЛЬ	150	0,00	0,00	19,30	77,21	0,00
2010	141	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,81	0,19	11,75	56,11	0,00
Итого			**560**	**19,49**	**17,10**	**70,41**	**513,38**	**2,14**
Ужин								
2010	33	СУП РИСОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	150	3,60	4,97	15,16	120,40	0,00
2010	118	ПИРОГ СО СГУЩЕНКОЙ	60	6,23	4,19	39,67	221,32	0,00
2010	83	КАКАО	150	3,06	2,63	14,73	95,51	0,00
Итого			**360**	**12,89**	**11,79**	**69,56**	**437,23**	**0,00**
Всего				**36,10**	**33,54**	**174,83**	**1 172,72**	**12,93**