

Утверждаю

И.о. заведующей
МДОУ "Детский сад №101"
/Архипова Р.Х./

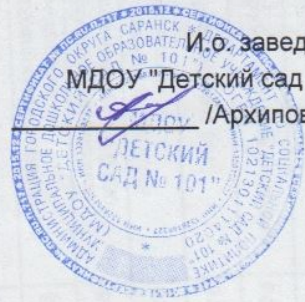
МЕНЮ

29 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	2,5	5	15,5	117	0
2008	189	СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕННЫЙ	200	5,1	6,8	19,3	211	0,6
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	2,8	2,4	10,5	75	0,5
Итого			447	10,4	14,2	45,3	403	1,1
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	135	0,8	0,2	16,4	70	3,2
Итого			135	0,8	0,2	16,4	70	3,2
Обед								
2008	97	СУП С КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	10	15,3	27,3	289	10,5
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	10,2	10,5	6,3	161	0,7
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	4,1	4,5	28	169	13,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,3	0,3	14,5	70	0
Итого			670	26,6	30,6	85,8	728	24,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,1	5,2	10,1	113	1,1
2008		ПРЯНИКИ	30	1,6	1,3	20,3	199	0
Итого			230	7,7	6,5	30,4	312	1,1
Ужин								
2008	183	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3	2,6	36,2	181	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,7	0,2	17,6	83	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		5,8	24	0
Итого			390	5,8	2,8	59,6	288	0
Всего				51,3	54,3	237,5	1801	30,3

Утверждаю



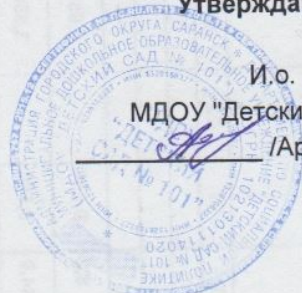
И.о. заведующей
МДОУ "Детский сад №101"
/Архипова Р.Х./

МЕНЮ
30 октября 2024 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	2,9	5,8	19,4	142	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,8	1,6	10,2	62	0,3
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,6	7,7	28,8	212	0,7
Итого			447	11,3	15,1	58,4	416	1
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	143	0,7	0,1	14,4	61	2,9
Итого			143	0,7	0,1	14,4	61	2,9
Обед								
		СУП ОВОЩНОЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	6,4	11	19,9	207	21,9
2008	321	СУФЛЕ ИЗ КУРИЦЫ	70	10,5	10,4	2,2	244	0,6
2008	125	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150	10	3,6	20,9	256	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,6	0,3	16,4	79	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
Итого			670	29,5	25,3	69,1	725	22,5
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	200			11,1	44	0
к/к	к/к	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5,6	4,5	34,2	199	0,1
Итого			260	5,6	4,5	45,3	243	0,1
Ужин								
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,4	92	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		5,7	23	0
2008	331	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С	150	4,9	2,5	30,7	165	0
Итого			390	8	2,7	55,8	280	0
Всего				55,1	47,7	243	1825	26,5

Утверждаю

И.о. заведующей
МДОУ "Детский сад №101"
/Архипова Р.Х./



МЕНЮ

31 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК	200	2,8	2,4	11,7	81	0,5
2008	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	6,2	7	24,8	189	0,5
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/7	2,5	5,4	16,6	126	0
Итого			447	11,5	14,8	53,1	396	1
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	125	0,6	0,1	12,6	54	2,5
Итого			125	0,6	0,1	12,6	54	2,5
Обед								
2008	94	СУП ПОЛЕВОЙ НА КУРИНОМ Б-НЕ СО СМЕТАНОЙ	200	9	12,9	19,1	230	6
2008	286	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ	60	8,6	7,8	8,3	238	1,2
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	3,7	3,6	16,4	216	29,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,1	0,4	19,9	96	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,5	38	0
Итого			660	24,4	24,7	73,2	818	36,8
Полдник								
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,3	1,7	13,2	74	0
2008	411	КИСЕЛЬ	200			11,8	48	0
Итого			220	1,3	1,7	25	122	0
Ужин								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,8	27	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,1	0,2	13,6	64	0
2008	219	СЫРНИКИ С ПОВИДЛОМ	100/20	19,3	14,9	21,3	321	0,2
Итого			360	21,5	15,1	41,7	412	0,2
Всего				59,3	56,4	205,6	1802	40,5

Утверждаю

И.о. заведующей
МДОУ "Детский сад №101"
/Архипова Р.Х./



МЕНЮ
2 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/7/6	4,6	7	19,6	160	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,8	2,2	12	180	0,5
2008	190	КАША "НЕЖНОСТЬ"	200	7,4	7,7	29,8	218	0,7
Итого			453	14,8	16,9	61,4	558	1,2
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед								
		СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	12,8	10,5	33,5	281	11,3
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИЦЕЙ	200	11,5	12,5	17,1	329	34,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,6	38	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,9	0,4	18,3	88	0
Итого			650	27,2	23,4	78,5	736	46,2
Полдник								
к/к	к/к	ВАФЛИ	17	0,7	0,8	18,7	186	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,4	26	0
Итого			217	0,8	0,8	25,1	212	0
Ужин								
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,7	0,2	18	85	0
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ	130	4,9	3,8	23,8	249	0
Итого			170	7,6	4	41,8	334	0
Всего				50,9	45,2	216,9	1883	49,4