

Утверждаю

И.о. заведующей

МДОУ "Детский сад №101"

/Архипова Р.Х./

МЕНЮ

4 сентября 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	190	КАША "НЕЖНОСТЬ"	200	7,5	7,9	29	218	0,8
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/7	4,2	8	18,1	161	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,3	1,8	10,9	70	0,4
Итого			447	14	17,7	58	449	1,2
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	114	0,6	0,1	11,5	49	2,3
Итого			114	0,6	0,1	11,5	49	2,3
Обед								
2008	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/0/4	5	11,3	19,8	203	6,4
2008	331	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,9	4,4	30,8	182	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	18,1	17,2	6,3	252	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	20,8	100	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
Итого			674	31,2	33,3	87,4	776	7,2
Полдник								
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,3	1,7	12,9	72	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			220	6,9	6,6	22,2	177	1
Ужин								
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ	150	5,4	4,1	26,6	165	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,8	0,2	18,6	158	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,8	27	0
Итого			390	8,3	4,3	52	350	0
Всего				61	62	231,1	1801	11,7