

Утверждаю

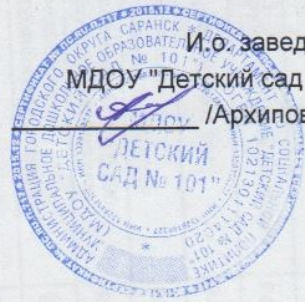
И.о. заведующей
МДОУ "Детский сад №101"
/Архипова Р.Х./

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 |

Утверждаю

И.о.заведующей
МДОУ "Детский сад №101" корп.2
/Архипова Р.Х./

МЕНЮ

5 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 | 189 | КАША ЯНТАРНАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 7,1 | 7,9 | 28,8 | 215 | 1 |
| | 41 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 40/7 | 3,1 | 5,9 | 19,1 | 142 | 0 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 1,7 | 1,6 | 16,9 | 88 | 0,1 |
| Итого | | | 447 | 11,9 | 15,4 | 64,8 | 445 | 1,1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 | 0,8 | 0,2 | 15,2 | 65 | 3 |
| Итого | | | 150 | 0,8 | 0,2 | 15,2 | 65 | 3 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ | 200 | 5,8 | 8,5 | 11,6 | 147 | 2,7 |
| 2008 | 323 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ | 150 | 4,9 | 3,7 | 30,7 | 176 | 0 |
| | 32 | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ | 70 | 12,5 | 3,5 | 2,3 | 104 | 8,5 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 2,5 | 0,3 | 15,9 | 77 | 0 |
| к/к | 37 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 | | | 8,2 | 33 | 0 |
| Итого | | | 670 | 25,7 | 16 | 68,7 | 537 | 11,2 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | КИСЕЛЬ | 200 | | | 39 | 156 | 0 |
| 2008 | | ПИРОЖОК С НАЧИНКОЙ | 60 | 6,3 | 9,7 | 56,2 | 337 | 0,3 |
| Итого | | | 260 | 6,3 | 9,7 | 95,2 | 493 | 0,3 |
| Ужин | | | | | | | | |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,7 | 0,3 | 24,5 | 116 | 0 |
| к/к | 40 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,2 | | 8,4 | 135 | 0 |
| | 32 | ОВОЩНОЕ АССОРТИ | 200 | 3,2 | 2,3 | 17,5 | 105 | 21,2 |
| Итого | | | 440 | 7,1 | 2,6 | 50,4 | 355 | 21,2 |
| Всего | | | | 51,8 | 43,9 | 294,3 | 1895 | 36,8 |