

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №101"
/Парамонова Т.Ф./

МЕНЮ

6 августа 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								
		СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕННЫЙ	200	5,1	6,5	18,1	153	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/7/6	5,4	7,5	24	185	0
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК	200	3,3	2,7	12,4	88	0,5
Итого			453	13,8	16,7	54,5	426	1,1
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	106	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА К/Б	200	7,3	13,6	35,5	293	12,3
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200	11,4	14,8	17,5	249	9,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,4	0,5	22	106	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			10	40	0
Итого			650	22,1	28,9	85	688	21,7
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,8	5	9,7	109	1,1
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	16	1,3	1,7	13,2	174	0
Итого			216	7,1	6,7	22,9	283	1,1
Ужин								
08	183	КАША РИСОВАЯ С ИЗЮМОМ	150	3,2	3,6	42,6	217	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,2	0,3	27,3	129	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		5,6	23	0
Итого			390	7,6	3,9	75,5	369	0
Всего				51,2	56,3	250,5	1820	26,4