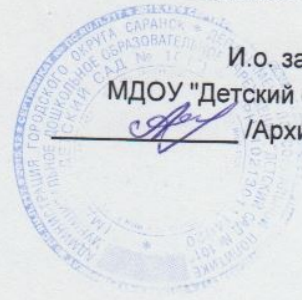


Утверждаю



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

# МЕНЮ

8 ноября 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		
<b>Завтрак</b>								
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/7/6	3,6	6,8	15,6	139	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,4	1,2	9,6	55	0,2
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200	7,6	7,3	30,1	218	0,8
<b>Итого</b>			<b>453</b>	<b>12,6</b>	<b>15,3</b>	<b>55,3</b>	<b>412</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	215	0,6	0,1	12,1	52	2,4
<b>Итого</b>			<b>215</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>12,1</b>	<b>52</b>	<b>2,4</b>
<b>Обед</b>								
2008	83	ЩИ НА КУРИНОМ Б-НЕ СО СМЕТАНОЙ	200	6,9	9	19,6	189	19,8
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	70	11,3	12,3	4,8	274	1,2
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,4	4,7	24,6	162	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,4	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	20,8	100	0
<b>Итого</b>			<b>670</b>	<b>26,9</b>	<b>26,4</b>	<b>78,2</b>	<b>759</b>	<b>21</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ГРЕНКА С САХАРОМ	35	2,5	0,2	17,5	182	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
<b>Итого</b>			<b>235</b>	<b>8,1</b>	<b>5,1</b>	<b>26,8</b>	<b>287</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,5	26	0
2008	444	ОЛАДЬИ С МАСЛОМ	100/20	6	7,9	35,7	268	0,2
<b>Итого</b>			<b>320</b>	<b>6,1</b>	<b>7,9</b>	<b>42,2</b>	<b>294</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>54,3</b>	<b>54,8</b>	<b>214,6</b>	<b>1804</b>	<b>25,6</b>