

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №101"

/Парамонова Т.Ф./



МЕНЮ

9 августа 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 И СЫРОМ	40/7/7	4,3	8,1	17,1	159	0
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,8	6,5	29,2	214	0,7
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,3	1,8	10,6	68	0,4
Итого			454	13,4	16,4	56,9	441	1,1
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	107	0,5	0,1	10,8	46	2,1
Итого			107	0,5	0,1	10,8	46	2,1
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУРИНОМ Б-НЕ СО СМЕТАНОЙ	200	9	12,2	27,6	262	31
2008	311	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,1	5,4	33,1	193	0
2008	321	СУФЛЕ ИЗ СУБПРОДУКТОВ	70	12	3,2	1,6	297	8,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	0,4	19,2	92	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,4	34	0
Итого			670	27,1	21,2	89,9	778	39,5
Полдник								
2008		СУХАРИК САХАРНЫЙ	37	2,6	0,2	19,4	190	0
2008	411	КИСЕЛЬ	200			11,1	44	0
Итого			237	2,6	0,2	30,5	234	0
Ужин								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		4,5	18	0
2008	444	ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/20	6,9	8,9	43,8	283	0,2
Итого			320	7	8,9	48,3	301	0,2
Всего				50,6	46,8	236,4	1800	42,9