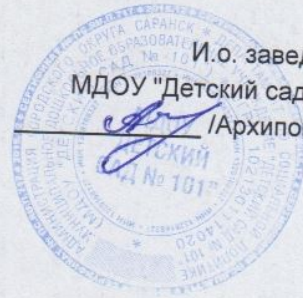


Утверждаю



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

# МЕНЮ

9 декабря 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	40/7	2,7	5,2	16,6	124	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,5	11,1	130	0,5
2008	190	КАША МАННАЯ	200	4,7	5,3	22,7	158	0,5
<b>Итого</b>			<b>447</b>	<b>10,4</b>	<b>13</b>	<b>50,4</b>	<b>412</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,7	0,1	13,2	156	2,6
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,7</b>	<b>0,1</b>	<b>13,2</b>	<b>156</b>	<b>2,6</b>
<b>Обед</b>								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б	200	6,6	8,7	27,6	218	8,7
2008	351	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ С МЯСОМ	200	12,4	12,7	15,9	227	24,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	139	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,7	0,4	17,3	133	0
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>21,7</b>	<b>21,8</b>	<b>70,5</b>	<b>717</b>	<b>33,3</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,5	4,8	9,1	102	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	17	1,3	1,7	12,9	72	0
<b>Итого</b>			<b>217</b>	<b>6,8</b>	<b>6,5</b>	<b>22</b>	<b>174</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	128	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,2	0,3	21,3	100	0
2008	231	РЫБА ПОД ОВОЩНЫМ МАРИНАДОМ	100/20	15,3	5,4	4,5	128	1,8
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>18,6</b>	<b>5,7</b>	<b>32,8</b>	<b>356</b>	<b>1,8</b>
<b>Всего</b>				<b>58,2</b>	<b>47,1</b>	<b>188,9</b>	<b>1415</b>	<b>39,7</b>