



Утверждаю

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

МЕНЮ

10 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								
	41	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	2,5	5,3	16,4	124	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ НА МОЛОКЕ	200	7,8	8,7	35,1	252	1,1
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	0,4	0,3	6,4	130	0
Итого			447	10,7	14,3	57,9	506	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,4	44	2,1
Итого			100	0,5	0,1	10,4	44	2,1
Обед								
2008	91	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	7,6	11,8	10,4	182	0,8
	25	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	6	6,3	43	254	21,2
	32	ТЕФТЕЛЯ ИЗ КУРИЦЫ	70	8,2	9	11,5	160	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,6	0,3	16,4	79	0
к/к	37	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,3	33	0
Итого			670	24,4	27,4	89,6	708	22,5
Полдник								
2008	434	КИСЕЛЬ	200			13,3	53	0
2008	9	ПЕЧЕНЬЕ	19	1	1,2	9,6	53	0
Итого			219	1	1,2	22,9	106	0
Ужин								
2008	224	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	130	18,1	16,1	7,4	251	0,2
1997	71	САЛАТ "ЗАЙЧИК"	50	0,9	0,1	6,2	30	1,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,2	16,9	80	0
к/к	40	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		5	120	0
Итого			420	21,7	16,4	35,5	481	1,6
Всего				58,3	59,4	216,3	1845	27,3