

Утверждаю

И.о.заведующей
МДОУ "Детский сад №101" корп.2
И.И.Архипова Р.Х./**МЕНЮ**
11 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								
	11	КАША "ДРУЖБА"	200	6,3	8,2	30	221	0,7
	41	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/7/6	4,9	6	22,6	164	0
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	3,7	3,1	11	88	0,6
Итого			453	14,9	17,3	63,6	473	1,3
II Завтрак								
2008	442	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	95	ЩИ НА КУРИНОМ Б-НЕ СО СМЕТАНОЙ	200	4,9	8,6	18,1	174	8,9
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,1	6,2	23,5	169	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	70	13	12,9	10,9	211	2,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	5,3	0,7	34,2	165	0
к/к	37	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,7	131	0
Итого			670	28,3	28,4	94,4	850	11,7
Полдник								
2008	434	КИСЕЛЬ	200			13,8	55	0
	41	ГРЕНКА С САХАРОМ	7	2,6	0,2	17,6	82	0
Итого			207	2,6	0,2	31,4	137	0
Ужин								
к/к	40	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,7	131	0
2008	444	ОЛАДЬИ С МАСЛОМ	100	5,7	8,8	36,6	248	0,2
Итого			300	5,8	8,8	44,3	379	0,2
Всего				52,1	54,8	244,5	1885	15,3