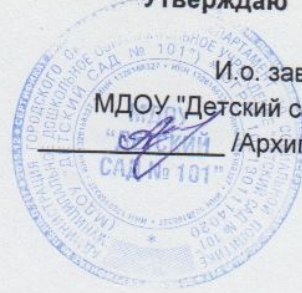


Утверждаю



И.о. заведующей

МДОУ "Детский сад №101"

Архипова Р.Х./

МЕНЮ

12 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		
Завтрак								
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/7/6	4,4	6,7	19,6	256	0
2008	189	СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕННЫЙ	200	4,9	7,2	19	162	0,6
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	2,6	2,2	10,2	72	0,4
Итого			483	11,9	16,1	48,8	490	1
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,6	0,1	12,4	53	2,5
Итого			100	0,6	0,1	12,4	53	2,5
Обед								
2008	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	7	11,5	36,6	280	14,9
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	170	10	11,7	4,5	163	1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,1	3,3	12,8	189	6,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3	0,4	19,3	93	0
Итого			650	22,1	26,9	82,9	764	22
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,7	4,9	9,5	107	1,1
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,3	1,7	13,2	74	0
Итого			220	7	6,6	22,7	181	1,1
Ужин								
2008	183	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	2,8	2,9	32,7	198	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,9	94	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		5	20	0
Итого			340	5,9	3,1	57,6	312	0
Всего				47,5	52,8	224,4	1800	26,6