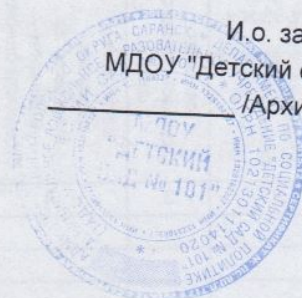


Утверждаю

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



МЕНЮ

11 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	2,8	5,1	18,6	133	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,7	1,4	9,2	56	0,3
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,2	6,9	27,7	199	0,6
Итого			447	10,7	13,4	55,5	388	0,9
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	1	0,3	0,3	7,1	34	7,2
Итого			1	0,3	0,3	7,1	34	7,2
Обед								
		СУП ОВОЩНОЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	7,5	11,8	22,3	228	20,9
2008	321	СУФЛЕ ИЗ КУРИЦЫ	70	10,3	10,3	1,8	241	0,6
2008	125	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150	10	3,1	20,9	152	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,1	0,4	19,7	95	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,8	39	0
Итого			670	30,9	25,6	74,5	755	21,5
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	200			10,6	42	0
к/к	к/к	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5,5	4,7	34,1	200	0,1
Итого			260	5,5	4,7	44,7	242	0,1
Ужин								
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,9	0,2	19,2	91	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,4	30	0
2008	331	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С	150	4,9	2,7	30,8	267	0
Итого			390	7,9	2,9	57,4	388	0
Всего				55,3	46,9	239,2	1807	29,7