

Утверждаю



Заведующая

МДОУ "Детский сад №101"

/Парамонова Т.Ф./

# МЕНЮ

12 августа 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		
<b>Завтрак</b>								
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	3,1	6,1	19,1	144	0
2008	331	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,9	4	30,8	179	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,3	1,3	15,7	79	0,1
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>9,3</b>	<b>11,4</b>	<b>65,6</b>	<b>402</b>	<b>0,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	120	0,6	0,1	12,1	52	2,4
<b>Итого</b>			<b>120</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>12,1</b>	<b>52</b>	<b>2,4</b>
<b>Обед</b>								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	8,1	10,8	26,9	240	6,5
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИЦЕЙ	200	14,8	15,3	23,6	396	59,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			11,6	47	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,4	0,3	15,5	75	0
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>25,3</b>	<b>26,4</b>	<b>77,6</b>	<b>758</b>	<b>65,8</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,8	5,8	11,2	126	1,2
2008	471	ШТОЛИ	50	5	4,1	34	193	0
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>11,8</b>	<b>9,9</b>	<b>45,2</b>	<b>319</b>	<b>1,2</b>
<b>Ужин</b>								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,2	30	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,6	92	0
2008	61	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	130	15,9	5,3	1,8	147	0,4
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>19,1</b>	<b>5,5</b>	<b>28,6</b>	<b>269</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>66,1</b>	<b>53,3</b>	<b>229,1</b>	<b>1800</b>	<b>69,9</b>