

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
12 сентября 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		
<b>Завтрак</b>								
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК	200	0,4	0,2	7	32	0
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/7/6	4,2	7,6	18,1	258	0
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200	9	9,3	33,7	257	1,2
<b>Итого</b>			<b>453</b>	<b>13,6</b>	<b>17,1</b>	<b>58,8</b>	<b>547</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	114	0,6	0,1	11,5	49	2,3
<b>Итого</b>			<b>114</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>11,5</b>	<b>49</b>	<b>2,3</b>
<b>Обед</b>								
2008	83	ЩИ НА КУРИНОМ Б-НЕ СО СМЕТАНОЙ	200	6,9	12,9	16,3	211	18,9
2008	321	СУФЛЕ ИЗ КУРИЦЫ	70	10,5	10,5	1,4	141	0,6
2008	125	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150	10	4,2	20,9	162	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,3	0,6	27,6	133	0
<b>Итого</b>			<b>670</b>	<b>31,7</b>	<b>28,2</b>	<b>75,9</b>	<b>686</b>	<b>19,5</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,3	1,7	13	173	0
2008	411	КИСЕЛЬ	200			15,3	62	0
<b>Итого</b>			<b>220</b>	<b>1,3</b>	<b>1,7</b>	<b>28,3</b>	<b>235</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2008	192	ПУДДИНГ ТВОРОЖНО-МАННЫЙ	130/20	18,8	12	12	234	0,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,5	0,3	23,3	110	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,5	34	0
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>22,4</b>	<b>12,3</b>	<b>43,8</b>	<b>378</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>69,6</b>	<b>59,4</b>	<b>218,3</b>	<b>1895</b>	<b>23,2</b>