

Утверждаю



И.о. заведующей
МДОУ "Детский сад №101" корп. 2
Архилова Р.Х./

МЕНЮ
14 октября 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	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,4	7,6	28,1	207	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,3	1,8	12,5	176	0,4
	41	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	3,1	4,2	19	126	0
Итого:			447	11,8	13,6	59,6	509	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	133	0,7	0,1	13,5	57	2,7
Итого			133	0,7	0,1	13,5	57	2,7
Обед								
	22	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б	200	7,6	8,9	29,8	229	10,5
	32	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ С КУРИЦЕЙ	200	15,6	19,7	21,9	327	32,6
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	0,3	15,9	77	0
к/к	37	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			12,1	148	0
Итого			650	25,7	28,9	79,7	781	43,1
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	9	ПЕЧЕНЬЕ	4	1	1,3	9,9	55	0
Итого			204	6,6	6,2	19,2	160	1
Ужин								
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,5	0,2	16,3	77	0
к/к	40	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,8	128	0
2008	231	РЫБА ПОД ОВОЩНЫМ МАРИНАДОМ	100/50	15,3	5,9	3,3	128	2,1
Итого			390	17,9	6,1	26,4	333	2,1
Всего				62,7	54,9	198,4	1840	49,9