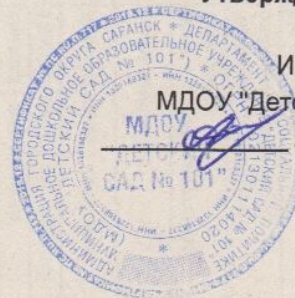


Утверждаю

И.о. заведующей

МДОУ "Детский сад №101"

Архипова Р.Х./



МЕНЮ
14 ноября 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		
Завтрак								
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК	200	3	2,5	11,8	82	0,5
2008	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	6,3	7,1	25,1	192	0,5
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	2,1	5,5	13,9	121	0
Итого			447	11,4	15,1	50,8	395	1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	1	0,3	0,3	8,1	39	8,3
Итого			1	0,3	0,3	8,1	39	8,3
Обед								
2008	94	СУП ПОЛЕВОЙ НА КУРИНОМ Б-НЕ СО СМЕТАНОЙ	200	8,9	12,6	19,3	228	6,2
2008	286	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ	70	8,5	7,5	8,7	137	1,2
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	4,1	2,5	17,9	213	33,9
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	18,1	87	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,1	36	0
Итого			670	24,3	23	73,1	701	41,3
Полдник								
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,3	1,7	13,2	74	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,5	4,8	9,1	103	1
Итого			220	6,8	6,5	22,3	177	1
Ужин								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,6	27	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,2	0,2	14,2	67	0
2008	219	СЫРНИКИ С ПОВИДЛОМ	101/20	18,6	14,3	21,8	394	0,2
Итого			361	20,9	14,5	42,6	488	0,2
Всего				63,7	59,4	196,9	1800	51,8