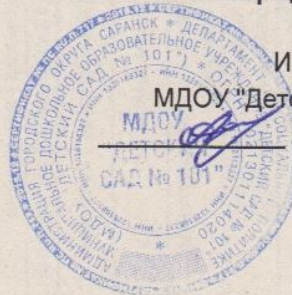


Утверждаю

И.о. заведующей

МДОУ "Детский сад №101"

/Архипова Р.Х./



**МЕНЮ**  
14 ноября 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	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
<b>Итого</b>			<b>447</b>	<b>11,4</b>	<b>15,1</b>	<b>50,8</b>	<b>395</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	1	0,3	0,3	8,1	39	8,3
<b>Итого</b>			<b>1</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>8,1</b>	<b>39</b>	<b>8,3</b>
<b>Обед</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>670</b>	<b>24,3</b>	<b>23</b>	<b>73,1</b>	<b>701</b>	<b>41,3</b>
<b>Полдник</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>220</b>	<b>6,8</b>	<b>6,5</b>	<b>22,3</b>	<b>177</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>361</b>	<b>20,9</b>	<b>14,5</b>	<b>42,6</b>	<b>488</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>63,7</b>	<b>59,4</b>	<b>196,9</b>	<b>1800</b>	<b>51,8</b>



Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
15 ноября 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		
<b>Завтрак</b>								
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	1,9	5,8	12,7	111	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,8	1,5	10,3	162	0,3
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7	6,6	24,7	187	0,6
<b>Итого</b>			<b>447</b>	<b>10,7</b>	<b>13,9</b>	<b>47,7</b>	<b>460</b>	<b>0,9</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	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУРИНОМ Б-НЕ СО СМЕТАНОЙ	200	8,1	10,3	21,1	310	18,5
2008	311	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	200	12	12,9	35,2	306	1,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,6	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	18	87	0
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>22,9</b>	<b>23,6</b>	<b>82,9</b>	<b>737</b>	<b>20,4</b>
<b>Полдник</b>								
2008		СУХАРИК САХАРНЫЙ	20	2	0,2	13,9	165	0
2008	411	КИСЕЛЬ	200			9,3	37	0
<b>Итого</b>			<b>220</b>	<b>2</b>	<b>0,2</b>	<b>23,2</b>	<b>202</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		5,2	21	0
2008	444	ОЛАДЬИ С МАСЛОМ И ПОВИДЛОМ	100/20	6	8,4	44,6	388	0,2
<b>Итого</b>			<b>320</b>	<b>6,1</b>	<b>8,4</b>	<b>49,8</b>	<b>398</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>42,3</b>	<b>46,2</b>	<b>215,7</b>	<b>1849</b>	<b>23,9</b>