

Утверждаю

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

МЕНЮ
16 августа 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		
Завтрак								
	41	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	2,8	6,1	18,5	141	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,9	2,3	10,9	77	0,5
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,5	8,2	27,1	314	0,7
Итого			447	13,2	16,6	56,5	532	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	118	0,6	0,1	11,9	51	2,4
Итого			118	0,6	0,1	11,9	51	2,4
Обед								
2008	95	СУП ОВОЩНОЙ НА К/Б	200	9,2	14	22,3	260	18,5
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,5	6,4	24,8	178	0
2008	259	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	12,5	3,4	8,8	141	9,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	5,6	0,7	36	173	0
к/к	37	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
Итого			670	32,8	24,5	101,6	791	28,3
Полдник								
2008	434	КИСЕЛЬ	200			13,5	54	0
	41	ГРЕНКА С САХАРОМ	35	2,8	0,2	19,1	90	0
Итого			235	2,8	0,2	32,6	144	0
Ужин								
к/к	40	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,5	30	0
2008	444	ОЛАДЬИ С МАСЛОМ	100/20	6,4	9	36,6	252	0,3
Итого			320	6,5	9	44,1	282	0,3
Всего				55,9	50,4	246,7	1800	32,2