



Утверждаю

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

МЕНЮ

16 октября 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								
	41	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	2,1	7,3	14,1	130	0
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,8	8,3	29,1	219	0,7
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,8	2,2	12,6	82	0,5
Итого			447	11,7	17,8	55,8	431	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	106	0,6	0,1	11,9	51	2,4
Итого			106	0,6	0,1	11,9	51	2,4
Обед								
2008	95	СУП ОВОЩНОЙ НА К/Б	200	8,7	11,6	31,8	272	27
	19	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150	11,2	2,6	23,3	161	0
	32	СУФЛЕ ИЗ СУБПРОДУКТОВ	70	11,5	2,9	1,4	90	8,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,9	0,4	18,7	90	0
к/к	37	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	11,8	150	1,4
Итого			670	34,4	17,6	87	763	36,5
Полдник								
2008	434	КИСЕЛЬ	200			13,7	55	0
2008		БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5,6	5,7	32,4	202	0,2
Итого			260	5,6	5,7	46,1	257	0,2
Ужин								
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					
к/к	40	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,9	132	0
2008	323	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	4,8	2,9	30,2	166	0
Итого			390	4,9	2,9	38,1	298	0
Всего				57,2	44,1	238,9	1800	40,3