

Утверждаю

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



МЕНЮ

16 декабря 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								
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/7	4,6	7,7	19,1	165	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,4	2,8	12,4	90	0,6
2008	190	КАША "НЕЖНОСТЬ"	200	6,9	6,9	28,5	204	0,7
Итого			447	14,9	17,4	60	459	1,3
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед								
		СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	9	8,4	23,2	204	8,2
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИЦЕЙ	200	12,3	13,5	14,7	332	27
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,6	38	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,7	0,4	17,5	84	0
Итого			650	24	22,3	65	658	35,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,3	1,7	12,8	132	0
Итого			220	6,9	6,6	22,1	237	1
Ужин								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,6	93	0
		РИС ОТВАРНОЙ	130	2,7	2	28,4	143	0
2008	231	РЫБА ТУШЕНАЯ	50	7,8	0,5		135	0,1
Итого			420	13,6	2,7	56	403	0,1
Всего				59,9	49,1	213,2	1800	39,6