

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №101" корп.2
Л.Парамонова

МЕНЮ

17 сентября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕННЫЙ	200	5,6	7,8	22,3	183	0,7
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	3,5	3	10,9	185	0,6
	41	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/7/6	4,8	7,9	20,6	173	0
Итого			453	13,9	18,7	53,8	541	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	107	0,5	0,1	10,8	46	2,1
Итого			107	0,5	0,1	10,8	46	2,1
Обед								
2008	91	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КБ СО СМЕТАНОЙ	200	6,4	11,8	12,2	184	1,2
2008	311	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	11,4	14	25,5	276	13,3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,4	0,6	28,4	136	0
к/к	37	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	139	0
Итого			650	22,2	26,4	75,8	735	14,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6	5,2	10	112	1,1
2008		ПРЯНИКИ	20	0,9	0,7	11,6	57	0
Итого			220	6,9	5,9	21,6	169	1,1
Ужин								
2008	183	КАША РИСОВАЯ	150	2,9	2,9	32,9	170	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,2	17,4	82	0
к/к	40	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6	124	0
Итого			390	5,6	3,1	56,3	376	0
Всего				49,1	54,2	218,3	1867	19