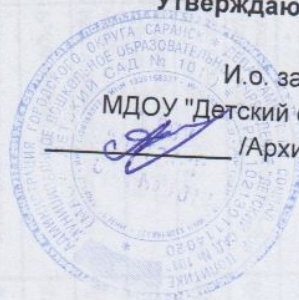


Утверждаю

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



# МЕНЮ

17 декабря 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 НА МОЛОКЕ	200	2,6	2,2	12	79	0,4
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	3,2	5,9	20	147	0
2008	212	МАКАРОННИК С СЫРОМ	150	6,5	6,4	30,7	226	0
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>12,3</b>	<b>14,5</b>	<b>62,7</b>	<b>452</b>	<b>0,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	105	0,5	0,1	10,5	45	2,1
<b>Итого</b>			<b>105</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,5</b>	<b>45</b>	<b>2,1</b>
<b>Обед</b>								
2008	92	СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	5,3	10,1	9,7	153	4,5
2008	133	ЖАРКОЕ С КУРИЦЕЙ	200	14	12,6	40,9	334	21,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	20,2	97	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,8	39	0
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>22,5</b>	<b>23,1</b>	<b>80,6</b>	<b>623</b>	<b>25,9</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,8	5	9,7	109	1,1
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,3	1,7	12,6	171	0
<b>Итого</b>			<b>220</b>	<b>7,1</b>	<b>6,7</b>	<b>22,3</b>	<b>280</b>	<b>1,1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И РИСА СО СЛАДКОЙ ПОДЛИВОЙ	130/20	19	13,9	18,4	279	0,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,3	20,4	96	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,8	27	0
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>22,2</b>	<b>14,2</b>	<b>45,6</b>	<b>402</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>64,6</b>	<b>58,6</b>	<b>221,7</b>	<b>1802</b>	<b>29,7</b>