

Утверждаю

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

МЕНЮ
18 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	40/7/5	4,1	6,3	17,9	145	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,8	1,5	10,3	162	0,3
2008	187	КАША "ЯНТАРНАЯ"	200	6,4	7,2	26,1	195	0,8
Итого			452	12,3	15	54,3	502	1,1
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,6	0,1	11,4	49	2,3
Итого			100	0,6	0,1	11,4	49	2,3
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	6,4	9,8	21,1	202	8,4
2008	331	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,9	3,2	30,9	272	0
2008	321	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	8,5	2,6	1,7	72	5,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,9	0,4	18,3	88	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9	36	0
Итого			670	22,7	16	81	670	14,1
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	200			8,7	135	0
к/к	к/к	ПИРОЖОК С НАЧИНКОЙ	60	5,2	3,4	39,7	210	0,1
Итого			260	5,2	3,4	48,4	345	0,1
Ужин								
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,8	0,2	18,5	87	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	29	0
2008	351	ОВОЩНОЕ АССОРТИ	150	3,5	1,9	16,4	118	27,2
Итого			390	6,4	2,1	41,9	234	27,2
Всего				47,2	36,6	237	1800	44,8