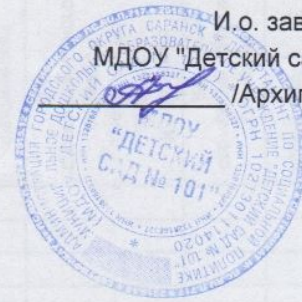


Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
19 ноября 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	2,8	2,4	12,4	82	0,5
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	2,8	6	17,5	235	0
2008	212	МАКАРОННИК С СЫРОМ	150	6,4	6,7	30,7	208	0
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>12</b>	<b>15,1</b>	<b>60,6</b>	<b>525</b>	<b>0,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	136	0,7	0,1	13,8	59	2,7
<b>Итого</b>			<b>136</b>	<b>0,7</b>	<b>0,1</b>	<b>13,8</b>	<b>59</b>	<b>2,7</b>
<b>Обед</b>								
2008	92	БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	7,3	9,9	26,4	227	24,6
2008	133	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	11,4	10,8	29,5	362	15,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,9	0,2	12	58	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,8	35	0
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>20,6</b>	<b>20,9</b>	<b>76,7</b>	<b>682</b>	<b>40,1</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,7	4,9	9,5	107	1,1
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	23	1,6	2,1	16,1	90	0
<b>Итого</b>			<b>223</b>	<b>7,3</b>	<b>7</b>	<b>25,6</b>	<b>197</b>	<b>1,1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И РИСА СО СЛАДКОЙ ПОДЛИВОЙ	130/20	18,2	14,5	12,6	258	0,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,8	0,2	18,5	87	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,9	28	0
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>21,1</b>	<b>14,7</b>	<b>38</b>	<b>373</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>61,7</b>	<b>57,8</b>	<b>214,7</b>	<b>1836</b>	<b>44,6</b>