

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №101" корп. 2
Парамонова**МЕНЮ**
20 сентября 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	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,2	7,7	27,9	207	0,6
	41	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/7/6	4	7,6	17,2	153	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,7	2,1	10,3	72	0,5
Итого			453	12,9	17,4	55,4	432	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	107	0,6	0,1	11,7	50	2,3
Итого			107	0,6	0,1	11,7	50	2,3
Обед								
	20	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУРИНОМ Б- НЕ СО СМЕТАНОЙ	200	8,8	13,1	26,7	264	20,6
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	2,8	2,9	30,1	158	0
	32	СУФЛЕ ИЗ СУБПРОДУКТОВ	70	12,1	3,3	1,7	99	8,5
к/к	37	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,5	134	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	5,8	0,8	37	178	0
Итого			670	29,5	20,1	104	833	29,1
Полдник								
	41	СУХАРИК САХАРНЫЙ	37	2,8	0,2	19,4	91	0
2008	434	КИСЕЛЬ	200			14,8	59	0
го			237	2,8	0,2	34,2	150	0
Ужин								
к/к	40	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		5,2	121	0
2008	444	ОЛАДЬИ С МАСЛОМ	100	5,6	7	34,5	224	0,2
Итого			300	5,8	7	39,7	345	0,2
Всего				51,6	44,8	245	1810	32,7