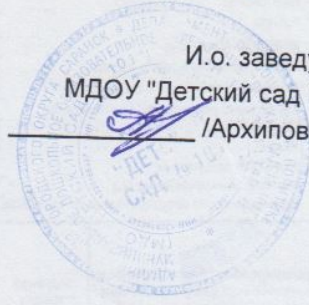


Утверждаю

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



МЕНЮ
20 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	40/7/7	4,7	7,6	20,8	171	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,4	1,1	10,3	57	0,2
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200	6,8	7,1	30,8	216	0,8
Итого			454	12,9	15,8	61,9	444	1
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	11	47	2,2
Итого			100	0,5	0,1	11	47	2,2
Обед								
2008	83	ЩИ НА КУРИНОМ Б-НЕ СО СМЕТАНОЙ	200	7,2	7,3	20,3	178	21,3
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	70	10	10,3	4,8	251	1
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,4	4,1	24,6	157	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,5	38	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	20,3	98	0
Итого			670	25,8	22,1	79,5	722	22,3
Полдник								
2008		ГРЕНКА С САХАРОМ	35	3,2	0,3	22	103	0
2008	435	РЯЖЕНКА	200	6	2	8,4	180	1
Итого			235	9,2	2,3	30,4	283	1
Ужин								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		5,5	23	0
2008	444	ОЛАДЬИ С МАСЛОМ	100/20	5,5	8,1	34,8	283	0,1
Итого			320	5,6	8,1	40,3	306	0,1
Всего				54	48,4	223,1	1802	26,6