

Утверждаю

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



МЕНЮ
22 августа 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								
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК	200	3,4	2,8	12,5	90	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/7/6	4,2	7	17,1	248	0
2008	190	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,8	7	29,2	204	0,7
Итого			453	13,4	16,8	58,8	542	1,3
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,8	46	2,1
Итого			100	0,5	0,1	10,8	46	2,1
Обед								
2008	94	СУП ПОЛЕВОЙ НА КУРИНОМ Б-НЕ СО СМЕТАНОЙ	200	7,9	12,6	18,7	224	5
2008	351	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С КУРИЦЕЙ	200	13,4	12,7	19,4	248	41,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	20,2	97	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,5	34	0
Итого			650	24,5	25,7	66,8	603	46,7
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	200			11,1	44	0
к/к	к/к	ВАФЛИ	20	0,7	0,8	18,1	183	0
Итого			220	0,7	0,8	29,2	227	0
Ужин								
2008	225	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ И СО СЛАДКОЙ ПОДЛИВОЙ	130/20	20	16,6	17,2	302	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	28	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого			390	22,8	16,8	41,8	413	0,2
Всего				61,9	60,2	207,4	1831	50,3