



Утверждаю

И.о. заведующей

МДОУ "Детский сад №101"

/Архипова Р.Х./

МЕНЮ

22 ноября 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	40/7/6	4	6,9	17,7	149	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,3	1	9,4	52	0,2
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200	6,5	6,7	29,9	207	0,7
Итого			453	11,8	14,6	57	408	0,9
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,7	0,1	13,5	57	2,7
Итого			150	0,7	0,1	13,5	57	2,7
Обед								
2008	83	ЩИ НА КУРИНОМ Б-НЕ СО СМЕТАНОЙ	200	7	9,4	20,7	298	21,7
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	70	11,5	12,4	5,8	281	1,1
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,4	4,9	24,8	165	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,6	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,6	0,5	22,8	110	0
Итого			670	27,5	27,2	82,7	888	22,8
Полдник								
2008		ГРЕНКА С САХАРОМ	35	2,8	0,2	19,2	90	0
2008	411	КИСЕЛЬ	200			12	48	0
Итого			235	2,8	0,2	31,2	138	0
Ужин								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,5	26	0
2008	444	ОЛАДЬИ С МАСЛОМ	100/20	6,2	8,4	36,2	245	0,2
Итого			320	6,3	8,4	42,7	271	0,2
Всего				49,1	50,5	227,1	1862	26,6