

Утверждаю

И.о. заведующей
МДОУ "Детский сад №101" корп.2
Архипова Р.Х./

МЕНЮ
23 октября 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	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,4	2,8	11,5	87	0,6
	41	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	2,1	6,1	14,2	120	0
2008	189	КАША ЯНТАРНАЯ НА МОЛОКЕ	200	6,1	7,1	27,2	199	0,8
Итого			447	11,6	16	52,9	406	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	118	0,6	0,1	11,9	51	2,4
Итого			118	0,6	0,1	11,9	51	2,4
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	5,6	8,1	11,1	141	2,4
2008	323	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,8	4,4	30,3	179	0
	32	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	11,5	2,9	1,4	90	8,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,2	0,3	14	68	0
к/к	37	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,1	132	0
Итого			670	24,1	15,7	64,9	610	10,6
Полдник								
2008	434	КИСЕЛЬ	200			13,5	54	0
2008		ПИРОЖОК С НАЧИНКОЙ	60	6	8,4	99,9	498	0,4
Итого			260	6	8,4	113,4	552	0,4
Ужин								
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,2	0,2	14,5	68	0
к/к	40	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	132	0
	32	ОВОЩНОЕ АССОРТИ	200	0,3	1,9	1,7	26	0,7
Итого			440	2,6	2,1	24,3	226	0,7
Всего				44,9	42,3	267,4	1845	15,5