

Утверждаю

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

МЕНЮ

24 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								
	41	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	2,2	5,6	14,5	117	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ НА МОЛОКЕ	200	8,8	9,6	36,9	272	1,3
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	0,4	0,2	6,8	31	0
Итого			447	11,4	15,4	58,2	420	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	111	0,6	0,1	12,2	52	2,4
Итого			111	0,6	0,1	12,2	52	2,4
Обед								
2008	91	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	7,4	11,5	10,4	178	0,8
	25	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	6,2	6,8	45,2	266	22,3
	32	ТЕФТЕЛЯ ИЗ КУРИЦЫ	70	7,8	8,7	9,9	149	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,3	0,3	14,4	69	0
к/к	37	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,3	33	0
Итого			670	23,7	27,3	88,2	695	23,5
Полдник								
2008	9	ПЕЧЕНЬЕ	19	0,9	1,2	9,1	51	0
08	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6	5,1	9,9	111	1,1
Итого			219	6,9	6,3	19	162	1,1
Ужин								
2008	224	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	130	16,9	15,2	13,1	256	0,2
1997	71	САЛАТ "ЗАЙЧИК"	60	0,8	0,1	5,6	27	1,3
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,2	14,8	70	0
к/к	40	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		5,2	121	0
Итого			430	20,1	15,5	38,7	476	1,5
Всего				62,7	64,6	216,3	1805	29,8