

Утверждаю



И.о. заведующей

МДОУ "Детский сад №101"

/Архипова Р.Х./

**МЕНЮ**  
26 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		
<b>Завтрак</b>								
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/7/6	4,3	6,5	19,5	154	0
2008	189	СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕННЫЙ	200	4,9	7,2	19,1	262	0,6
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	2,6	2,2	10,2	72	0,4
Итого			453	11,8	15,9	48,8	488	1
<b>II Завтрак</b>								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,6	0,1	12,4	53	2,4
Итого			100	0,6	0,1	12,4	53	2,4
<b>Обед</b>								
2008	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	7	10,2	37	270	14,9
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	70	9,9	11,1	4,6	159	1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,1	3,3	12,8	190	6,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	79	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	0,4	19,1	92	0
Итого			670	22	25	83,2	790	22
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,7	4,9	9,5	107	1,1
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,3	1,7	12,8	72	0
Итого			220	7	6,6	22,3	179	1,1
<b>Ужин</b>								
2008	183	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3	2,9	35,1	180	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	20	95	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		5,1	21	0
Итого			390	6,1	3,1	60,2	296	0
Всего				47,5	50,7	226,9	1806	26,5