

Утверждаю

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



МЕНЮ

26 декабря 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	2,3	1,9	10,8	71	0,4
2008	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	5,7	6,1	23,9	175	0,4
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	2,9	5	19,1	133	0
Итого			447	10,9	13	53,8	379	0,8
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,7	46	2,1
Итого			100	0,5	0,1	10,7	46	2,1
Обед								
к/к	к/к	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	1,3	0,6	7,3	139	3,4
2008	94	СУП ПОЛЕВОЙ НА КУРИНОМ Б-НЕ СО СМЕТАНОЙ	200	6,3	7,5	17,3	166	5,4
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	3,5	2,5	15,3	201	29
2008	286	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ	70	10	9,4	6,2	149	1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,1	0,4	19,5	94	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,9	36	0
Итого			730	24,2	20,4	74,5	785	38,8
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	4,6	4	7,6	85	0,8
к/к	к/к	ПИРОЖОК С НАЧИНКОЙ	60	5,4	2,9	38,7	201	0,1
Итого			260	10	6,9	46,3	286	0,9
Ужин								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		5,9	24	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,2	14,8	70	0
2008	219	СЫРНИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/20	15,3	11	20,4	244	0,3
Итого			360	17,7	11,2	41,1	338	0,3
Всего				63,3	51,6	226,4	1834	42,9