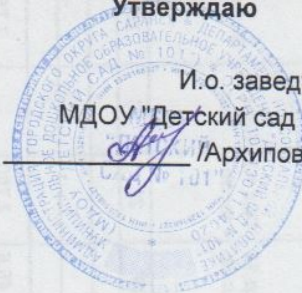


Утверждаю

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



МЕНЮ

25 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		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/7/6	3,3	6	13,8	121	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,3	1	8,5	48	0,2
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200	6,7	6,3	26,2	189	0,7
Итого			453	11,3	13,3	48,5	358	0,9
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	147	0,8	0,2	15,2	65	3
Итого			147	0,8	0,2	15,2	65	3
Обед								
2008	83	ЩИ НА КУРИНОМ Б-НЕ СО СМЕТАНОЙ	200	7	10,3	21,9	312	20,5
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	70	11	12,1	5,5	275	1,2
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,4	4,5	24,6	161	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,5	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,7	0,4	17,4	84	0
Итого			670	26,1	27,3	77,9	866	21,7
Полдник								
2008		ГРЕНКА С САХАРОМ	30	2,5	0,2	17	180	0
2008	435	РЯЖЕНКА	200	6	2	8,4	80	1
Итого			230	8,5	2,2	25,4	260	1
Ужин								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		6,9	28	0
2008	444	ОЛАДЬИ С МАСЛОМ	100/20	6,4	8,1	36,3	242	0,3
Итого			320	6,6	8,1	43,2	270	0,3
Всего				53,3	51,1	210,2	1819	26,9

Утверждаю

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

МЕНЮ
28 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		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/7	3,1	5,3	19	136	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	4	3,2	12,9	97	0,7
2008	190	КАША МАННАЯ	200	4,1	5,2	33,6	198	0,1
Итого			427	11,2	13,7	65,5	431	0,8
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	7,4	9,5	34,8	258	10,7
2008	351	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С КУРИЦЕЙ	200	13	12,4	22	353	41
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,4	38	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,2	0,3	14,2	68	0
Итого			650	22,6	22,2	80,4	717	51,7
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПРЯНИКИ	33	2	1,6	25	222	0
Итого			233	7,6	6,5	34,3	327	1
Ужин								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6	24	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,3	21,8	103	0
2008	231	РЫБА ПОД ОВОЩНЫМ МАРИНАДОМ	100/20	15,1	5,6	4,2	227	1,7
Итого			370	18,5	5,9	32	354	1,7
Всего				60,4	48,4	222,3	1872	57,2