

Утверждаю



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

МЕНЮ
9 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	4,4	6,9	19,4	159	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,1	1,7	11,2	69	0,4
2008	187	КАША "ЯНТАРНАЯ"	200	7	8,3	27,3	213	1
Итого			453	13,5	16,9	57,9	441	1,4
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	146	0,7	0,1	14,8	63	2,9
Итого			146	0,7	0,1	14,8	63	2,9
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	7	11,2	17,7	204	5,7
2008	321	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	11,7	2,9	1,2	191	8,4
2008	331	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,9	4,4	30,7	182	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	18,1	87	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
Итого			670	26,4	18,9	77,4	703	14,1
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	200			11,3	45	0
к/к	к/к	ПИРОЖОК С НАЧИНКОЙ	60	5,7	6,2	43,9	253	0,1
Итого			260	5,7	6,2	55,2	298	0,1
Ужин								
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,9	94	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,4	26	0
2008	351	ОВОЩНОЕ АССОРТИ	200	3,9	2,7	19,4	220	25,2
Итого			440	7	2,9	45,7	340	25,2
Всего				53,3	45	251	1845	43,7