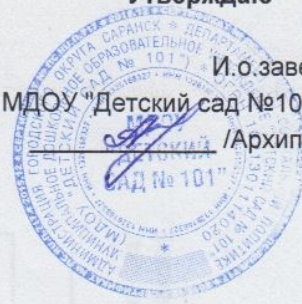


Утверждаю

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



МЕНЮ
2 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,8	2,3	13,9	89	0,5
	13	КАША "НЕЖНОСТЬ"	200	6	4,7	27,1	173	0,5
	41	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	2	4,6	13,1	101	0
ого			447	10,8	11,6	54,1	363	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,6	0,1	11,2	148	2,2
Итого			100	0,6	0,1	11,2	148	2,2
Обед								
	22	СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	9,8	8,4	26,3	220	9,7
	32	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИЦЕЙ	200	13	15,7	13,4	248	25,4
к/к	37	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,6	134	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	17,6	85	0
Итого			650	25,6	24,5	65,9	687	35,1
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,4	4,8	9	102	1
2008		ВАФЛИ	31	0,9	1	24,2	111	0
Итого			231	6,3	5,8	33,2	213	1
Ужин								
к/к	40	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,7	131	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,2	15	71	0
2008	239	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	70	13,7	3,8	4,1	106	0,7
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	130	2,6	2,4	27,6	143	0
Итого			440	18,7	6,4	54,4	451	0,7
Всего				62	48,4	218,8	1862	40

