

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 мая 2025 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	40/7	2,2	4,6	13,9	106	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,6	0,6	9,5	45	0
2008	331	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	3,7	2,3	23,6	130	0
Итого			397	6,5	7,5	47	281	0
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	105	0,6	0,1	12	51	2,4
Итого			105	0,6	0,1	12	51	2,4
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	5,6	7,5	19,1	169	3,1
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИЦЕЙ	200	13,7	15,2	15,9	257	28,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			11,5	46	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,9	0,4	18,4	88	0
Итого			643	22,2	23,1	64,9	560	31,7
Полдник								
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,3	1,7	12,7	71	0
2008	411	КИСЕЛЬ	200			9,2	37	0
Итого			220	1,3	1,7	21,9	108	0
Ужин								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,2	33	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,4	92	0
2008	231	РЫБА ПОД ОВОЩНЫМ МАРИНАДОМ	130/20	14,7	4,5	5,1	120	1,9
Итого			390	17,8	4,7	32,7	245	1,9
Всего				48,4	37,1	178,5	1245	36