

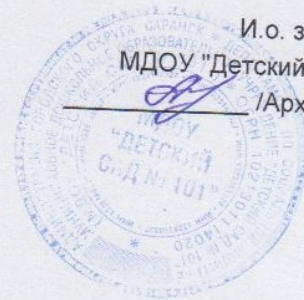
Утверждаю

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

МЕНЮ

5 июня 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								
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК	200	3,2	2,7	11,9	85	0,5
2008	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	6,4	7,1	25,3	192	0,5
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/7/6	4,7	6,9	21,1	165	0
Итого *			453	14,3	16,7	58,3	442	1
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	83	ЩИ НА КУРИНОМ Б-НЕ СО СМЕТАНОЙ	200	7,9	8,6	22,3	205	32,2
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	70	9,4	9,8	7,4	156	1,3
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,4	5,3	24,6	167	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	0,4	19,5	94	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
Итого			670	25,7	24,1	83,5	661	33,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПРЯНИКИ	31	2	1,6	25	122	0
Итого			231	7,6	6,5	34,3	227	1
Ужин								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,7	27	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,3	0,3	21,7	103	0
2008	225	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	130	17,6	11,5	6,2	202	0,2
Итого			370	21	11,8	34,6	332	0,2
Всего				69,1	59,2	220,8	1705	37,7