

Утверждаю

И.о. заведующей

МДОУ "Детский сад №101"

/Архипова Р.Х./



МЕНЮ

10 января 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	3,6	6,4	23,8	167	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,7	1,4	10,3	61	0,3
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,8	5,7	24,4	178	0,6
Итого			447	12,1	13,5	58,5	406	0,9
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	117	0,6	0,1	12,3	52	2,4
Итого			117	0,6	0,1	12,3	52	2,4
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУРИНОМ Б-НЕ СО СМЕТАНОЙ	200	7,9	7,3	25,7	301	23
2008	311	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	200	13,2	13,7	37,7	327	3,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4	0,5	25,6	123	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,3	37	0
Итого			650	25,1	21,5	98,3	788	26,4
Полдник								
2008		СУХАРИК САХАРНЫЙ	40	3,7	0,3	25,2	218	0
2008	411	КИСЕЛЬ	200			11,3	45	0
Итого			240	3,7	0,3	36,5	263	0
Ужин								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		5	20	0
2008	444	ОЛАДЬИ С МАСЛОМ	100	6,3	9,2	37,5	278	0,2
Итого			300	6,4	9,2	42,5	298	0,2
Всего				47,9	44,6	248,1	1807	29,9