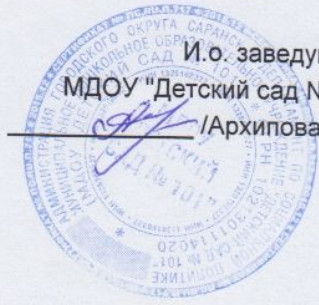


Утверждаю

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



МЕНЮ
10 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	3,5	6	21,5	154	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,7	0,7	11,7	55	0
2008	190	КАША "НЕЖНОСТЬ"	200	4,9	5,3	33,6	200	0,1
Итого			447	9,1	12	66,8	409	0,1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	10,8	52	11
Итого			110	0,4	0,4	10,8	52	11
Обед								
		СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	9,8	8,1	25,8	214	8,8
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИЦЕЙ	200	12,8	12,9	16	235	37
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,6	38	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,7	0,4	17,4	84	0
Итого			650	25,3	21,4	68,8	571	45,8
Полдник								
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,3	1,7	12,7	71	0
2008	411	КИСЕЛЬ	200			9,7	39	0
Итого			220	1,3	1,7	22,4	110	0
Ужин								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,6	31	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,7	0,2	17,6	83	0
2008	239	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	70	15,3	4	4,3	116	1
		РИС ОТВАРНОЙ	130	2,7	2,4	28,4	146	0
Итого			440	20,9	6,6	57,9	376	1
Всего				57	42,1	226,7	1518	57,9