

Утверждаю

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



МЕНЮ

11 февраля 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	3,3	2,7	13	91	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	3,3	5,9	20,2	147	0
2008	212	МАКАРОННИК	150	6,5	6,5	30,8	208	0
Итого			397	13,1	15,1	64	446	0,6
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	105	0,5	0,1	10,6	45	2,1
Итого			105	0,5	0,1	10,6	45	2,1
Обед								
2008	92	БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250	9,2	12,3	31,3	277	28,4
2008	133	ЖАРКОЕ С КУРИЦЕЙ	200	12,1	12,6	27,7	273	14,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,6	0,4	16,9	81	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,1	32	0
Итого			700	23,9	25,3	84	663	43
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,9	5,1	9,8	110	1,1
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,3	1,7	12,9	72	0
Итого			220	7,2	6,8	22,7	182	1,1
Ужин								
2008	225	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И РИСА СО СЛАДКОЙ ПОДЛИВОЙ	150/20	23,6	15,5	17,9	311	0,3
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,3	0,3	21,4	101	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		5,4	22	0
Итого			410	27,1	15,8	44,7	434	0,3
Всего				71,8	63,1	226	1770	47,1