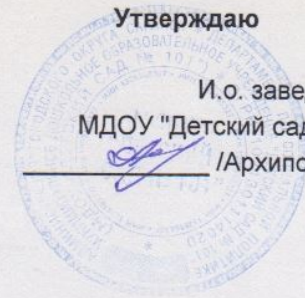


Утверждаю



И.о. заведующей

МДОУ "Детский сад №101"

/Архипова Р.Х./

МЕНЮ

13 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	3,1	6,2	19,1	145	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,3	2,8	12,3	89	0,6
2008	190	КАША "НЕЖНОСТЬ"	200	6,8	6,8	28,4	203	0,7
Итого			447	13,2	15,8	59,8	437	1,3
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,6	0,1	11,2	48	2,2
Итого			100	0,6	0,1	11,2	48	2,2
Обед								
		СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	9,7	7,5	28,4	221	10,7
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИЦЕЙ	200	12,6	13,3	16,1	336	30,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	17,8	86	0
Итого			650	25,1	21,2	72	682	41
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,6	2	15,4	86	0
Итого			220	7,2	6,9	24,7	191	1
Ужин								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,8	0,2	18,2	86	0
2008	225	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И РИСА СО СЛАДКОЙ ПОДЛИВОЙ	130/20	20,1	14,5	16,7	332	0,2
Итого			390	23	14,7	42	447	0,2
Всего				69,1	58,7	209,7	1805	45,7