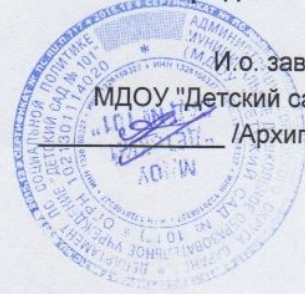


Утверждаю



И.о. заведующей

МДОУ "Детский сад №101"

/Архипова Р.Х./

МЕНЮ
14 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								
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	2,8	2,3	12,4	82	0,5
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	3,1	5,9	19,1	242	0
2008	212	МАКАРОННИК	150	5	4,9	30,7	187	0
Итого			397	10,9	13,1	62,2	511	0,5
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	111	0,6	0,1	11,2	48	2,2
Итого			111	0,6	0,1	11,2	48	2,2
Обед								
2008	92	БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	8,4	12,7	25,5	250	23,6
2008	133	ЖАРКОЕ С КУРИЦЕЙ	200	13	12,3	29,9	384	15,9
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,4	103	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
Итого			650	24,7	25,4	85,5	772	39,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,3	1,7	12,9	73	0
Итого			220	6,9	6,6	22,2	178	1
Ужин								
2008	351	ОВОЩНОЕ АССОРТИ	150	4,6	2,8	21,1	231	33,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,7	0,2	18,1	85	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,9	32	0
Итого			390	7,4	3	47,1	348	33,1
Всего				50,5	48,2	228,2	1857	76,3