

Утверждаю

И.о. заведующей

МДОУ "Детский сад №101"

/Архипова Р.Х./

МЕНЮ
16 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 НА МОЛОКЕ	200	2,2	1,9	10,6	169	0,4
2008	190	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,1	5,5	29,1	188	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	2,2	5,7	14,7	119	0
Итого			447	9,5	13,1	54,4	476	1
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								
2008	106	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	6,1	10,2	14,8	177	3,1
2008	286	ТЕФТЕЛЯ ИЗ КУРИЦЫ	70	10,2	9,6	6,7	154	0,8
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,1	3,6	14,7	200	7,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	17,8	86	0
Итого			670	21,2	23,8	62	649	11
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	200			10,4	42	0
к/к	к/к	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,7	4,4	29,8	177	0,1
Итого			260	4,7	4,4	40,2	219	0,1
Ужин								
2008	192	ПУДДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	17,2	12	11	305	0,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,2	15,1	71	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8	32	0
Итого			390	19,6	12,2	34,1	408	0,2
Всего				55,6	53,6	201,9	1800	14,5