

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 апреля 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	2,6	4,9	17,3	124	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,6	1,3	8,9	54	0,3
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6	6,4	27,5	193	0,6
Итого			447	10,2	12,6	53,7	371	0,9
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	110	0,5	0,1	11	47	2,2
Итого			110	0,5	0,1	11	47	2,2
Обед								
		СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	9,1	7	22,2	190	7,7
2008	286	ТЕФТЕЛЯ ИЗ КУРИЦЫ	60	10,1	9,5	6,3	151	0,6
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,1	2,6	29	156	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,2	0,3	14,3	69	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,6	38	0
Итого			610	25,5	19,4	81,4	604	8,3
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	200			7	28	0
к/к	к/к	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	60	5,3	7,1	33,2	216	0,1
Итого			260	5,3	7,1	40,2	244	0,1
Ужин								
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,1	11,8	56	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,8	31	0
2008	61	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	15,1	4,2	0,9	101	0,3
Итого			390	17	4,3	20,5	188	0,3
Всего				58,5	43,5	206,8	1454	11,8