

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
19 марта 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		
<b>Завтрак</b>								
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	2,8	4,9	18,8	131	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,7	1,3	9	55	0,3
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,1	6,5	27,7	195	0,6
<b>Итого</b>			<b>447</b>	<b>10,6</b>	<b>12,7</b>	<b>55,5</b>	<b>381</b>	<b>0,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	119	0,6	0,1	12	51	2,4
<b>Итого</b>			<b>119</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>12</b>	<b>51</b>	<b>2,4</b>
<b>Обед</b>								
		СУП ОВОЩНОЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	7,9	7,9	21,8	193	25,8
2008	321	СУФЛЕ ИЗ КУРИЦЫ	70	9,9	9,9	1,1	133	0,5
2008	125	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130	10	3,4	20,9	155	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,9	0,4	18,3	88	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,8	39	0
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>30,7</b>	<b>21,6</b>	<b>71,9</b>	<b>608</b>	<b>26,3</b>
<b>Полдник</b>								
2008	411	КИСЕЛЬ	200			9,1	37	0
к/к	к/к	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	60	5,6	9,2	34,1	241	0,1
<b>Итого</b>			<b>260</b>	<b>5,6</b>	<b>9,2</b>	<b>43,2</b>	<b>278</b>	<b>0,1</b>
<b>Ужин</b>								
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,4	92	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,6	31	0
2008	331	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	4,9	3,1	30,8	171	0
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>8</b>	<b>3,3</b>	<b>57,8</b>	<b>294</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>55,5</b>	<b>46,9</b>	<b>240,4</b>	<b>1612</b>	<b>29,7</b>