

Утверждаю

И.О. заведующей

МДОУ "Детский сад №101"

/Архипова Р.Х./

МЕНЮ

21 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	2,8	5,9	17,5	134	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,6	0,6	11,2	52	0
2008	331	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,9	3,1	30,9	171	0
Итого			397	8,3	9,6	59,6	357	0
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	106	0,5	0,1	11	47	2,2
Итого			106	0,5	0,1	11	47	2,2
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	5,4	6,9	18	157	4,1
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИЦЕЙ	200	13,1	14,3	12,2	231	22,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,9	36	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	0,3	16	77	0
Итого			650	21	21,5	55,1	501	26,3
Полдник								
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,3	1,6	12,4	70	0
2008	411	КИСЕЛЬ	200			7	28	0
Итого			220	1,3	1,6	19,4	98	0
Ужин								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,1	25	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,7	0,2	17,8	84	0
2008	231	РЫБА ПОД ОВОЩНЫМ МАРИНАДОМ	130/20	15	4	3,9	112	1,5
Итого			390	17,8	4,2	27,8	221	1,5
Всего				48,9	37	172,9	1224	30