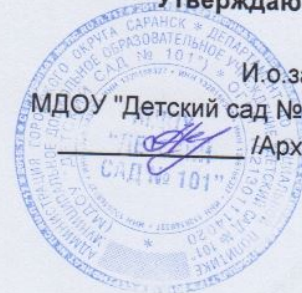


Утверждаю

И.о.заведующей  
МДОУ "Детский сад №101" корп.2  
/Архипова Р.Х./



**МЕНЮ**  
22 января 2025 г.

**Сад 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
	41	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/6	2,2	5,4	15	118	0
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	4,9	5	25,3	166	0,4
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,3	1,9	10,7	170	0,4
<b>Итого</b>			<b>446</b>	<b>9,4</b>	<b>12,3</b>	<b>51</b>	<b>454</b>	<b>0,8</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,6	0,1	12,6	154	2,5
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>12,6</b>	<b>154</b>	<b>2,5</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП ОВОЩНОЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	7,4	11,9	19,3	217	17,3
	19	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150	9,7	2,7	20,4	145	0
	32	СУФЛЕ ИЗ КУРИЦЫ	70	10,5	10,5	1,5	142	0,6
к/к	37	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,3	37	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,3	0,3	14,9	72	0
<b>Итого</b>			<b>670</b>	<b>29,9</b>	<b>25,4</b>	<b>65,4</b>	<b>613</b>	<b>17,9</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	КИСЕЛЬ	200			9,8	39	0
2008		БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	60	5,5	5,9	33,9	210	0,2
<b>Итого</b>			<b>260</b>	<b>5,5</b>	<b>5,9</b>	<b>43,7</b>	<b>249</b>	<b>0,2</b>
<b>Ужин</b>								
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,2	15,4	73	0
к/к	40	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	129	0
2008	323	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	4,7	3,1	29,9	167	0
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>7,1</b>	<b>3,3</b>	<b>52,4</b>	<b>369</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>52,5</b>	<b>47</b>	<b>225,1</b>	<b>1839</b>	<b>21,4</b>