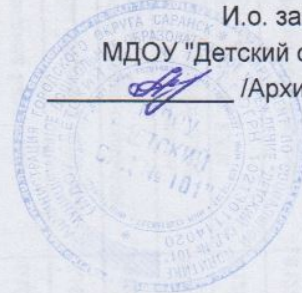


Утверждаю

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



МЕНЮ
27 января 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/7	4,6	7,5	19,1	163	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,9	0,9	13,1	64	0
2008	190	КАША "НЕЖНОСТЬ"	200	4	4,5	28,4	170	0
Итого			447	9,5	12,9	60,6	397	0
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	111	0,6	0,1	11,2	48	2,2
Итого			111	0,6	0,1	11,2	48	2,2
Обед								
		СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	9,9	7,9	28,3	224	10,7
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИЦЕЙ	200	12,8	13,6	14,9	235	30
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,2	37	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	0,4	19	92	0
Итого			650	25,7	21,9	71,4	588	40,7
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,7	4,9	9,5	107	1,1
к/к	к/к	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5,2	3,8	33,5	188	0,1
Итого			260	10,9	8,7	43	295	1,2
Ужин								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,8	0,2	18,7	88	0
2008	239	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	70	15,4	3,7	4,4	213	1
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,9	3,8	21,9	141	0
Итого			440	23,2	7,7	53	474	1
Всего				69,9	51,3	239,2	1802	45,1