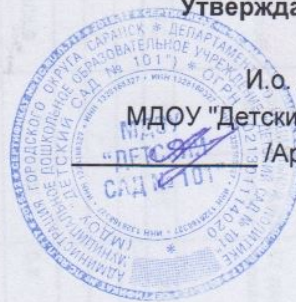


Утверждаю

И.о. заведующей

МДОУ "Детский сад №101"

/Архипова Р.Х./



МЕНЮ

3 февраля 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	3,1	5,3	19	136	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,7	0,7	10,2	50	0
2008	190	КАША МАННАЯ	200	2,7	4,2	22,8	139	0
Итого			447	6,5	10,2	52	325	0
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	6,2	8,5	23,5	197	6,2
2008	351	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ С КУРИЦЕЙ	200	12,7	13	14,1	227	30,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			10,5	42	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,9	0,4	18,9	91	0
Итого			650	21,8	21,9	67	557	36,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	17	1,3	1,7	12,7	71	0
Итого			217	6,9	6,6	22	176	1
Ужин								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	28	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,6	92	0
2008	231	РЫБА ПОД ОВОЩНЫМ МАРИНАДОМ	100/20	15,1	5,7	4,4	131	1,8
Итого			360	18,2	5,9	31	251	1,8
Всего				53,9	44,7	182,1	1352	41,3