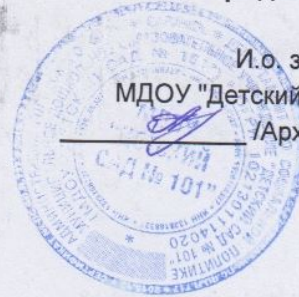


Утверждаю

И.о. заведующей

МДОУ "Детский сад №101"

/Архипова Р.Х./



МЕНЮ

30 января 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								
к/к	к/к	КАКАО НА МОЛОКЕ	200	2,1	1,8	9,5	64	0,4
2008	190	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5	5,4	28,5	184	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	2,1	5,6	14	214	0
Итого			447	9,2	12,8	52	462	1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	103	0,5	0,1	10,6	45	2,1
Итого			103	0,5	0,1	10,6	45	2,1
Обед								
2008	106	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	5,9	8,5	14,6	259	4,2
2008	286	ТЕФТЕЛЯ ИЗ КУРИЦЫ	70	10,2	9,4	7,1	253	1,2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,3	4,2	19,9	131	9,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,9	40	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,7	0,4	17,4	84	0
Итого			670	22,1	22,5	68,9	767	14,8
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,2	4,6	8,7	98	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	0,6	0,8	6,1	34	0
Итого			220	5,8	5,4	14,8	132	1
Ужин								
2008	192	ПУДДИНГ ИЗ ТВОРОГА	130	16,3	11,1	10,3	311	0,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,2	0,2	14,3	68	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,9	32	0
Итого			370	18,6	11,3	32,5	411	0,2
Всего				56,2	52,1	178,8	1817	19,1