

Утверждаю

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



МЕНЮ
5 февраля 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	3,1	5,2	20,7	142	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,8	1,6	10,2	63	0,3
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,4	7	28	202	0,7
Итого			447	11,3	13,8	58,9	407	1
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	108	0,5	0,1	11	47	2,2
Итого			108	0,5	0,1	11	47	2,2
Обед								
		СУП ОВОЩНОЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	7,4	7,6	20,8	185	21,3
2008	321	СУФЛЕ ИЗ КУРИЦЫ	70	9,5	9,5	1	128	0,5
2008	125	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150	10	3,1	20,9	152	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,9	0,4	18,6	89	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,4	34	0
Итого			670	29,8	20,6	69,7	588	21,8
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	200			11,7	47	0
к/к	к/к	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	60	5	9,1	31,7	229	0,1
Итого			260	5	9,1	43,4	276	0,1
Ужин								
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,7	0,2	17,7	84	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,5	26	0
2008	331	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,4	2,7	28,2	156	0
Итого			370	7,2	2,9	52,4	266	0
Всего				53,8	46,5	235,4	1584	25,1