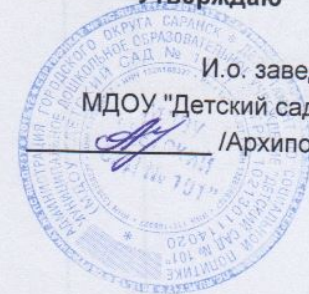


Утверждаю



И.о. заведующей

МДОУ "Детский сад №101"

/Архипова Р.Х./

МЕНЮ

6 февраля 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								
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК	200	2,7	2,3	11,4	78	0,4
2008	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	6	6,7	24,5	184	0,4
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/7/6	4,6	7,1	19,9	161	0
Итого			453	13,3	16,1	55,8	423	0,8
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								
к/к	к/к	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	1,9	1,1	11,3	62	5,2
2008	94	СУП ПОЛЕВОЙ НА КУРИНОМ Б-НЕ СО СМЕТАНОЙ	200	6,4	8,6	18,8	180	6,4
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	4,3	2,9	18	117	34,4
2008	286	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ	70	10,3	9	10,8	166	1,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,5	0,5	22,3	107	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,1	36	0
Итого			730	26,4	22,1	90,3	668	47,8
Полдник								
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,3	1,7	13	73	0
2008	411	КИСЕЛЬ	200			11,5	46	0
Итого			220	1,3	1,7	24,5	119	0
Ужин								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,4	26	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,5	0,2	16,4	77	0
2008	219	СЫРНИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/20	24,2	16,6	24,3	346	0,3
Итого			360	26,8	16,8	47,1	449	0,3
Всего				68,3	56,8	227,8	1702	50,9