

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №91"
/Кузина Е.В./



МЕНЮ

11 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	212	ЛАПШЕВНИК	160	3,2	7,8	19	160	0
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ	40/8	2,8	7	17,4	144	0
2008	411	КИСЕЛЬ	200			23,9	96	0
Итого			408	6	14,8	60,3	400	0
II Завтрак								
		СОК	200					0
Итого			200					0
Обед								
2008	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	4	4,3	10,6	99	5,8
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	130	10,7	9,6	18	203	19,3
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			4,7	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					0
Итого			540	14,7	13,9	33,3	321	25,1
Полдник								
2008		МОЛОКО	200	5	4,3	8,3	94	2,3
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	2,2	2,9	21,9	123	0
Итого			250	7,2	7,2	30,2	217	2,3
Ужин								
2008	184	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ НА МОЛОКЕ	200	4,6	4,9	16,9	131	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3	2,6	9,3	73	0,6
Итого			440	7,6	7,5	26,2	204	1,2
Всего				35,5	43,4	150	1142	28,6

повар

Исхакова Г.Р.Бабрахинова Л.Н.