

Утверждаю



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

# МЕНЮ

12 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	160	4,9	6,1	21,1	160	0,5
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ	40/8	2,8	7	17,4	144	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,5	3	11,5	88	0,6
<b>Итого</b>			<b>408</b>	<b>11,2</b>	<b>16,1</b>	<b>50</b>	<b>392</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	К/К	СОК	200					0
<b>Итого</b>			<b>200</b>					<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	76	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	6,4	6,6	15,8	154	17,7
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	12,2	3,8	1,2	105	10
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	1,9	1,3	12,8	70	6,2
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			4,4	18	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					0
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>20,5</b>	<b>11,7</b>	<b>34,2</b>	<b>347</b>	<b>33,9</b>
<b>Полдник</b>								
2008		МОЛОКО	200	3,8	3,3	6,4	72	1,7
2008	451	ПИРОГ С ПОВИДЛОМ	70	5,5	5	42,1	236	0,1
<b>Итого</b>			<b>270</b>	<b>9,3</b>	<b>8,3</b>	<b>48,5</b>	<b>308</b>	<b>1,8</b>
<b>Ужин</b>								
2008	224	ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/30	18,9	14,9	17,1	281	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			4,6	18	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>18,9</b>	<b>14,9</b>	<b>21,7</b>	<b>299</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>59,9</b>	<b>51</b>	<b>154,4</b>	<b>1346</b>	<b>37</b>

повар

Исхакова Г.Р.Бабрахинова Л.Н.