

Утверждаю



Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е.В./

МЕНЮ

6 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	160	5,8	7,5	23,8	187	0,6
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ	40/8	3,2	7	19,7	155	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,5	3	11,5	88	0,6
Итого			408	12,5	17,5	55	430	1,2
II Завтрак								
		СОК	200					0
Итого			200					0
Обед								
2008	232	ЩИ РЫБНЫЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4,8	3,8	10,6	102	13,5
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	130	10,7	13,2	14,2	220	8,1
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			6,3	25	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					0
Итого			540	15,5	17	31,1	347	21,6
Полдник								
2008		МОЛОКО	200	4,2	3,6	7	79	1,9
2008	451	ПИРОГ С ПОВИДЛОЙ	70	5,7	4,9	43,6	240	0,1
Итого			270	9,9	8,5	50,6	319	2
Ужин								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2,4	1,4	11,7	69	16,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			6,1	24	0
Итого			370	2,4	1,4	17,8	93	16,2
Всего				40,3	44,4	154,5	1189	41

повар

Исхакова Г.Р.Бабрахинова Л.Н.