



Утверждаю

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

МЕНЮ

16 апреля 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		
Завтрак								
2008	184	КАША МАННАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	160	6,8	8,5	53,1	316	0,2
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/12	5,6	10,2	19,1	192	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	10,6	77	0,5
Итого			420	15,3	21,2	82,8	585	0,8
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	13,9	67	14,2
Итого			150	0,6	0,6	13,9	67	14,2
Обед								
2008	100	СУП ЛАПША НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	6,9	6,1	22,3	174	6,4
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	130	15,5	15,1	28,7	315	23,9
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			6,5	26	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					0
Итого			540	22,4	21,2	57,5	515	30,3
Полдник								
2008		МОЛОКО	200	5,9	5,1	9,7	109	2,6
2008		ВАФЛИ	50	0,9	1,1	25	114	0
Итого			250	6,8	6,2	34,7	223	2,6
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	180/30	20,3	17,1	25,2	339	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			6,3	25	0
Итого			450	20,3	17,1	31,5	364	0,3
Всего				65,4	66,3	220,4	1754	48,2

повар

Исхакова Г.Р. Бабрахинова Л.Н.