



Утверждаю

Заведующая  
МДОУ «Детский сад №91»  
/Кузина Е.В./

# МЕНЮ

5 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ НА МОЛОКЕ	160	5	6,3	28,3	191	0,6
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/12	5,5	10,2	18,5	189	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,5	3	11,5	88	0,6
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>14</b>	<b>19,5</b>	<b>58,3</b>	<b>468</b>	<b>1,3</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	150	0,5	0,5	12,8	61	13,1
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>12,8</b>	<b>61</b>	<b>13,1</b>
<b>Обед</b>								
2008	108	СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	8,2	9,4	26,2	224	4,5
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	130	10,2	13,2	6,2	186	19
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			5,9	24	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					0
<b>Итого</b>			<b>560</b>	<b>18,4</b>	<b>22,6</b>	<b>38,3</b>	<b>434</b>	<b>23,5</b>
<b>Полдник</b>								
2008		МОЛОКО	200	4,8	4,2	8	90	2,2
2008		ЗЕФИР	50	0,3		25	102	0
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>5,1</b>	<b>4,2</b>	<b>33</b>	<b>192</b>	<b>2,2</b>
<b>Ужин</b>								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,8	4	3,4	53	3,1
2008	324	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	7	1,8	16,2	108	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			5,4	22	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>7,8</b>	<b>5,8</b>	<b>25</b>	<b>183</b>	<b>3,1</b>
<b>Всего</b>				<b>45,8</b>	<b>52,6</b>	<b>167,4</b>	<b>1338</b>	<b>43,2</b>

повар

Исхакова Г.Р. Бабрахинова Л.Н.