

Утверждаю



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

МЕНЮ

17 мая 2024 г.

Сад 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|-------------------------------------|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 190 | КАША "ДРУЖБА" | 160 | 6 | 5,8 | 27,8 | 188 | 0,6 |
| 2008 | 1 | БУЛКА С МАСЛОМ | 40/8 | 2,7 | 6,9 | 16,5 | 139 | 0 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3,5 | 3 | 11,5 | 88 | 0,6 |
| Итого | | | 408 | 12,2 | 15,7 | 55,8 | 415 | 1,2 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 150 | 0,3 | 0,3 | 7,2 | 35 | 7,3 |
| Итого | | | 150 | 0,3 | 0,3 | 7,2 | 35 | 7,3 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 50 | 0,8 | 3,5 | 3 | 47 | 2,8 |
| 2008 | 89 | РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ | 180 | 4,6 | 5,7 | 11,8 | 120 | 1,5 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ | 70 | 8,6 | 8,6 | 9,3 | 150 | 0,9 |
| 2008 | 209 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ | 130 | 4,5 | 5 | 28,5 | 177 | 0 |
| 2008 | 435 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180 | | | 6,9 | 28 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | | | | | 0 |
| Итого | | | 660 | 18,5 | 22,8 | 59,5 | 522 | 5,2 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | | МОЛОКО | 200 | 3,5 | 3 | 5,8 | 65 | 1,6 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 50 | 2,1 | 2,7 | 20,7 | 116 | 0 |
| Итого | | | 250 | 5,6 | 5,7 | 26,5 | 181 | 1,6 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 50 | СВЕКЛА ОТВАРНАЯ | 50 | 4,1 | 5,2 | 7,8 | 94 | 3,57 |
| 2008 | 239 | РЫБНЫЕ БИТОЧКИ | 70 | 6,3 | 3,3 | 0,7 | 59 | 0,5 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | | | | | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | | 6,7 | 27 | 0 |
| Итого | | | 360 | 10,4 | 8,5 | 15,2 | 180 | 4,07 |
| Всего | | | | 47 | 53 | 164,2 | 1333 | 19,37 |

повар

Исхакова Г.Р.Бабрахинова Л.Н.