

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е.В./



МЕНЮ

23 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ НА МОЛОКЕ	160	5,3	6,4	28,8	195	0,6
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/12	4,9	9,6	16,9	175	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,5	2,9	12	89	0,6
Итого			420	13,7	18,9	57,7	459	1,3
II Завтрак								
2008	К/К	СОК	200					0
Итого			200					0
Обед								
2008	103	СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	3,7	6,6	4	93	1,7
2008	283	ТЕФТЕЛЯ КУРИНАЯ	70	10,1	11,3	9,4	180	1
2008	209	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130	4,6	3,1	29,3	163	0
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			6,9	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					0
Итого			610	18,4	21	49,6	464	2,7
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	200	6	2	8,4	80	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3,2	4,2	31,9	179	0
Итого			250	9,2	6,2	40,3	259	1
Ужин								
2008	258	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	180	19,8	17	14,2	292	0,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			6,7	27	0
Итого			420	19,8	17	20,9	319	0,9
Всего				61,1	63,1	168,5	1501	5,9

повар

Баб

Исхакова Г.Р. Бабрахинова Л.Н.