

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е.В./



МЕНЮ

24 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	190	КАША "ДРУЖБА"	160	6	5,8	28,4	190	0,6
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ	40/8	2,7	6,9	16,9	141	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,5	2,9	12	89	0,6
Итого			408	12,2	15,6	57,3	420	1,2
II Завтрак								
2008	к/к	СОК	200					0
Итого			200					0
Обед								
2008	98	СУП "КРЕСТЬЯНСКИЙ" НА М/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,3	9,2	12,1	155	1,7
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	10,3	14,1		168	0
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	130	2,9	3,1	30,5	162	0
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,9	36	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					0
Итого			610	18,5	26,4	51,5	521	1,7
Полдник								
2008		МОЛОКО	200	4,6	4	7,7	86	2,1
2008		ЗЕФИР	50	0,3		34,2	140	0
Итого			250	4,9	4	41,9	226	2,1
Ужин								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	50	0,8	0,1	1,6	10	1,1
2008	323	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	130	4,2	3,1	18,8	120	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			8,6	34	0
Итого			420	5	3,2	29	164	1,1
Всего				40,6	49,2	179,7	1331	6,1

повар

Баб

Исхакова Г.Р. Бабрахинова Л.Н.