

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е.В./



# МЕНЮ

29 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ НА МОЛОКЕ	160	5	5,9	31,3	200	0,5
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ	40/8	3,2	7	19,7	155	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	10,6	77	0,5
<b>Итого</b>			<b>408</b>	<b>11,1</b>	<b>15,4</b>	<b>61,6</b>	<b>432</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	К/К	СОК	200					0
<b>Итого</b>			<b>200</b>					<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	83	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	180	5,5	9,1	11,1	152	14,8
2008	272	БИТОЧКИ КУРИНЫЕ	70	9,4	10,8		134	0,4
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2	3,1	12,8	87	6,2
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			9	36	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					0
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>16,9</b>	<b>23</b>	<b>32,9</b>	<b>409</b>	<b>21,4</b>
<b>Полдник</b>								
2008		МОЛОКО	200	6	5,2	10	112	2,7
2008	467	ПЛЮШКА	70	7,6	4,3	45,3	248	0
<b>Итого</b>			<b>270</b>	<b>13,6</b>	<b>9,5</b>	<b>55,3</b>	<b>360</b>	<b>2,7</b>
<b>Ужин</b>								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2,7	5,9	14,1	122	16,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			8,4	34	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>2,7</b>	<b>5,9</b>	<b>22,5</b>	<b>156</b>	<b>16,4</b>
<b>Всего</b>				<b>44,3</b>	<b>53,8</b>	<b>172,3</b>	<b>1357</b>	<b>41,5</b>

повар

Исхакова Г.Р. Бабрахинова Л.Н.