

Утверждаю



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

МЕНЮ

30 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ	160	6,5	6,4	31,9	211	0,6
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/12	4,4	8,7	18,5	170	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,5	2,9	12	89	0,6
Итого			420	14,4	18	62,4	470	1,2
II Завтрак								
		СОК	200					0
Итого			200					0
Обед								
2008	103	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	100	4,6	7,2	11,3	131	5,4
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	100	12,9	14,3	32	311	19,4
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			5	20	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					0
Итого			540	17,5	21,5	48,3	462	24,8
Полдник								
2008	435	КЕФИР	200	6	0,2	8	62	2
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3,5	4,6	34,9	196	0
Итого			250	9,5	4,8	42,9	258	2
Ужин								
2008	258	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	180/30	19,5	17,5	11	284	0,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			5,1	21	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
Итого			420	19,5	17,5	16,1	305	0,8
Всего				60,9	61,8	169,7	1495	28,8

повар

Исхакова Г.Р. Бабрахинова Л.Н.