

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е.В./

МЕНЮ

27 июня 2024 г.

Сад 14 столов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
I Завтрак								
2008	184	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ	100	6,1	7,2	26,4	195	0,6
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ	40/8	3,3	7	20,4	158	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,5	3	11,5	88	0,6
Итого			408	12,9	17,2	58,3	441	1,2
II Завтрак								
		СОК	30					0
Итого			30					0
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	100	6,3	8	22,6	192	7,9
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	8,3	10,8		130	0
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	130	2,8	0,6	29,4	134	0
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,3	33	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					0
Итого			530	17,4	19,4	60,3	489	7,9
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	100	3,5	2,5	5	80	1,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ	100	2,6	3,4	29,7	144	0
Итого			200	5,9	5,9	30,7	224	1,2
Ужин								
2008	258	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	100	22,6	16,8	10,4	287	0,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	100			8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
Итого			240	22,6	16,8	18,5	319	0,8
Всего				58,8	59,3	167,8	1473	11,1

повар

Исхакова Г.Р. Бабрахинова Л.Н.