

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е.В./



МЕНЮ

7 июня 2024 г.

Сад 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита- мин С, мг |
|-------------------|---------------|------------------------------------|------------|-------------------|-------------|---------------|-------------------------------|-----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 185 | КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ | 160 | 7,7 | 8,5 | 32,7 | 238 | 0,8 |
| 2008 | 1 | БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ | 40/8/12 | 6,2 | 10,3 | 22,8 | 209 | 0,1 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 4,4 | 3,8 | 12,9 | 103 | 0,8 |
| Итого | | | 420 | 18,3 | 22,6 | 68,4 | 550 | 1,7 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | К/К | СОК | 200 | | | | | 0 |
| Итого | | | 200 | | | | | 0 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 106 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА К/Б | 180 | 5,7 | 8,6 | 18 | 176 | 3,7 |
| 2008 | 141 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ | 130 | 11,7 | 11,4 | 16,5 | 218 | 27,9 |
| 2008 | 435 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180 | | | 8,1 | 32 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | | | | | 0 |
| Итого | | | 540 | 17,4 | 20 | 42,6 | 426 | 31,6 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | | МОЛОКО | 200 | 6,9 | 6 | 11,4 | 129 | 3,1 |
| 2008 | 467 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 70 | 7,1 | 4,2 | 41,4 | 231 | 0 |
| Итого | | | 270 | 14 | 10,2 | 52,8 | 360 | 3,1 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 50 | СВЕКЛА ОТВАРНАЯ | 50 | 8,6 | 10,8 | 16,3 | 197 | 7,5 |
| 2008 | 323 | ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 3,7 | 1,7 | 16,9 | 97 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | | 7,5 | 30 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | | | | | 0 |
| Итого | | | 420 | 12,3 | 12,5 | 40,7 | 324 | 7,5 |
| Всего | | | | 62 | 65,3 | 204,5 | 1660 | 43,9 |

повар

Исхакова Г.Р.Бабрахинова Л.Н.