

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

Кузина Е.В./

МЕНЮ

9 июля 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	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/12	4,59	8,72	19,70	176,22	0,04
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	160	6,12	7,58	25,76	196,30	0,62
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,53	3,00	11,46	87,76	0,62
Итого			420	14,24	19,30	56,92	460,28	1,28
II Завтрак								
		СОК	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	98	СУП "КРЕСТЬЯНСКИЙ" СО СМЕТАНОЙ	180	3,99	5,54	10,62	112,08	2,56
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	130	7,30	8,56	3,94	122,80	12,77
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	5,39	21,55	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			540	11,29	14,10	19,95	256,43	15,33
Полдник								
2008		МОЛОКО	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
2008		ЗЕФИР	50	0,40	0,05	39,90	163,00	0,00
Итого			250	6,20	5,05	49,50	271,00	2,60
Ужин								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	224	ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/30	19,32	16,03	15,57	286,71	0,21
Итого			450	19,32	16,03	21,38	309,93	0,21
Всего				51,05	54,48	147,75	1 297,64	19,42

Повар

Исхакова

Исхакова Г.Р., Бабрахинова Л.Н.