

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е.В./



МЕНЮ

12 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	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	160	6,09	7,57	25,54	195,26	0,62
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/12	5,35	9,68	19,70	188,13	0,06
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,53	3,00	11,46	87,76	0,62
Итого			420	14,97	20,25	56,70	471,15	1,30
II Завтрак								
2008	К/К	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	83	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	180	3,85	4,61	7,26	90,11	9,88
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
2008	259	ГУЛЯШ	70	21,98	22,26	4,34	305,23	1,40
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,92	3,87	18,98	122,81	9,12
Итого			610	28,75	30,74	35,97	539,70	20,40
Полдник								
2008		МОЛОКО	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	5,00	6,54	49,62	278,14	0,00
Итого			250	10,80	11,54	59,22	386,14	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	181	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,61	5,33	34,18	207,00	0,00
Итого			370	5,61	5,33	39,99	230,22	0,00
Всего				60,13	67,86	191,88	1 627,21	24,30

Повар

Исаф

Исхакова Г.Р., Бабрахинова Л.Н.