

Утверждаю

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

# МЕНЮ

1 июля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	211	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	160	3,9	5,6	18,2	140	0
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ	40/8	3,2	7	19,7	155	0
2008	411	КИСЕЛЬ	200			26,4	106	0
<b>Итого</b>			<b>408</b>	<b>7,1</b>	<b>12,6</b>	<b>64,3</b>	<b>401</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СОК	200					0
<b>Итого</b>			<b>200</b>					<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	104	СУП ГОРОХОВЫЙ	180	7,9	6,4	19	165	5,7
2008	265	ПЛОВ	130	10,8	12,7	30,9	283	1,3
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,3	33	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					0
<b>Итого</b>			<b>540</b>	<b>18,7</b>	<b>19,1</b>	<b>58,2</b>	<b>481</b>	<b>7</b>
<b>Полдник</b>								
2008		МОЛОКО	200	5,7	4,9	9,4	106	2,6
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	2,5	3,3	24,8	139	0
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>8,2</b>	<b>8,2</b>	<b>34,2</b>	<b>245</b>	<b>2,6</b>
<b>Ужин</b>								
2008	184	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ НА МОЛОКЕ	200	5,2	7,9	18,9	168	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,4	2,9	13,9	96	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>8,6</b>	<b>10,8</b>	<b>32,8</b>	<b>264</b>	<b>1,2</b>
<b>Всего</b>				<b>42,6</b>	<b>50,7</b>	<b>189,5</b>	<b>1391</b>	<b>10,8</b>

повар



Исхакова Г.Р.Бабрахинова Л.Н.