

Утверждаю



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

# МЕНЮ

26 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ НА МОЛОКЕ	160	4,33	6,01	18,90	147,56	0,34
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,04	0,00	6,01	24,21	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40	0,06	9,60	0,10	87,07	0,00
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>4,43</b>	<b>15,61</b>	<b>25,01</b>	<b>258,84</b>	<b>0,34</b>
<b>Обед</b>								
2008	83	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	180	5,83	6,62	13,68	140,92	15,54
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,35	3,67	19,00	118,65	9,60
2008	313	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	70	9,10	9,59	0,00	122,73	0,40
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,32	25,27	0,00
<b>Итого</b>			<b>630</b>	<b>17,28</b>	<b>19,88</b>	<b>39,00</b>	<b>407,57</b>	<b>25,54</b>
<b>Полдник</b>								
2008		МОЛОКО	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>8,05</b>	<b>7,94</b>	<b>31,92</b>	<b>233,10</b>	<b>2,60</b>
<b>Ужин</b>								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	160	3,63	0,95	16,45	88,74	0,00
2008	50	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	47	0,73	0,05	4,27	20,37	2,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	6,13	24,51	0,00
<b>Итого</b>			<b>447</b>	<b>4,36</b>	<b>1,00</b>	<b>26,85</b>	<b>133,62</b>	<b>2,00</b>
<b>Всего</b>				<b>34,12</b>	<b>44,43</b>	<b>122,78</b>	<b>1 033,13</b>	<b>30,48</b>

Повар

Исхакова Г.Р., Бабрахинова Л.Н.