

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е.В./



МЕНЮ

29 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		
Завтрак								
2008	212	ЛАПШЕВНИК	130	8,24	6,03	29,51	205,35	0,00
2008	1	БУЛКА С СЫРОМ	40/0/6	4,74	2,36	19,64	119,37	0,05
2008	411	КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	32,83	131,32	0,00
Итого			376	12,98	8,39	81,98	456,04	0,05
II Завтрак								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
Итого			200	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
Обед								
2008	104	СУП ГОРОХОВЫЙ	180	8,88	5,31	19,87	163,19	5,66
2008	265	ПЛОВ	128	11,58	12,73	24,76	260,25	0,82
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	4,99	19,95	0,00
Итого			548	20,46	18,04	49,62	443,39	6,48
Полдник								
2008	467	ПЛЮШКА	70	6,78	2,98	42,94	225,54	0,10
2008		МОЛОКО	197	5,70	4,92	9,44	106,20	2,56
Итого			267	12,48	7,90	52,38	331,74	2,66
Ужин								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	160	5,90	3,95	21,37	145,28	0,51
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	198	3,68	3,09	10,50	85,54	0,62
Итого			398	9,58	7,04	31,87	230,82	1,13
Всего				55,50	41,37	220,69	1 481,34	10,32

Повар

Исхакова Г.Р., Бабрахинова Л.Н.