

Утверждаю



Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

Кузина Е.В./

# МЕНЮ

5 июля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ НА МОЛОКЕ	160	5,3	7,9	18	165	0,6
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/12	4,6	8,7	19,7	176	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,5	3	11,5	88	0,6
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>13,4</b>	<b>19,6</b>	<b>49,2</b>	<b>429</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СОК	200					0
<b>Итого</b>			<b>200</b>					<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	98	СУП "КРЕСТЬЯНСКИЙ" СО СМЕТАНОЙ	180	5,3	8,1	15,6	161	3,3
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	130	9,6	12,5	5,8	176	16,4
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					0
<b>Итого</b>			<b>540</b>	<b>14,9</b>	<b>20,6</b>	<b>30,1</b>	<b>372</b>	<b>19,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008		МОЛОКО	200	5,6	4,8	9,3	104	2,5
2008		ЗЕФИР	50	0,3		26,6	109	0
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>5,9</b>	<b>4,8</b>	<b>35,9</b>	<b>213</b>	<b>2,5</b>
<b>Ужин</b>								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	3	3,2	15,9	105	19,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			8,4	34	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>3</b>	<b>3,2</b>	<b>24,3</b>	<b>139</b>	<b>19,5</b>
<b>Всего</b>				<b>37,2</b>	<b>48,2</b>	<b>139,5</b>	<b>1153</b>	<b>42,9</b>

повар

Исхакова Г.Р.Бабрахинова Л.Н.