

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е.В./



МЕНЮ

19 августа 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	212	ЛАПШЕВНИК	160	6,27	10,58	30,09	240,61	0,00
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/6	0,98	7,48	6,68	97,90	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	20,46	81,85	0,00
Итого			414	7,25	18,06	57,23	420,36	0,00
II Завтрак								
		СОК	175	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			175	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	104	СУП ГОРОХОВЫЙ	180	7,67	5,21	10,77	120,98	1,39
2008	265	ПЛОВ	151	14,31	15,11	27,71	304,00	1,08
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,16	24,64	0,00
Итого			581	21,98	20,32	44,64	449,62	2,47
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	195	5,49	4,73	9,09	102,30	1,02
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,21	2,88	21,87	122,60	0,00
Итого			225	7,70	7,61	30,96	224,90	1,02
Ужин								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	160	4,07	6,74	16,44	142,99	0,36
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,41	2,84	12,05	88,19	0,61
Итого			380	7,48	9,58	28,49	231,18	0,97
Всего				44,41	55,57	161,32	1 326,06	4,46

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.