



Утверждаю

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

МЕНЮ

28 августа 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	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	160	6,78	6,90	27,86	201,37	0,62
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/6	4,78	8,96	19,70	179,21	0,05
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,16	2,65	10,62	79,81	0,52
Итого			414	14,72	18,51	58,18	460,39	1,19
II Завтрак								
		СОК	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	103	СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4,28	6,05	6,82	103,14	3,19
2008	209	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,94	3,78	31,56	180,17	0,00
2008	259	ГУЛЯШ	50/50	10,51	11,92	8,72	184,30	0,82
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	5,99	23,94	0,00
Итого			660	19,73	21,75	53,09	491,55	4,01
Полдник								
2008	435	КЕФИР	200	5,58	4,81	7,69	101,92	1,35
2008		ВАФЛИ	30	1,08	1,27	29,76	136,29	0,00
Итого			230	6,66	6,08	37,45	238,21	1,35
Ужин								
2008	236	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ	145	21,61	13,32	9,60	245,53	1,30
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
Итого			385	21,61	13,32	15,41	268,75	1,30
Всего				62,72	59,66	164,13	1 458,90	7,85

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.