

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е.В./

МЕНЮ

7 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 РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	160	3,94	5,25	24,31	160,80	0,38
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/6	4,63	8,77	19,70	176,88	0,04
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,73	3,13	11,55	90,29	0,62
Итого			414	12,30	17,15	55,56	427,97	1,04
II Завтрак								
		СОК	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	83	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	180	5,95	7,51	13,95	152,39	16,24
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	160	11,60	11,40	20,32	230,73	10,54
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	5,99	23,94	0,00
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,24	0,03	0,52	3,94	1,52
Итого			620	17,79	18,94	40,78	411,00	28,30
Полдник								
2008		МОЛОКО	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	8,12	11,62	50,00	336,67	0,00
Итого			300	13,92	16,62	59,60	444,67	2,60
Ужин								
2008	184	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	160	3,70	5,08	16,66	127,01	0,00
2008	50	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	70	0,99	2,98	5,82	53,94	2,73
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			470	4,69	8,06	28,29	204,17	2,73
Всего				48,70	60,77	184,23	1 487,81	34,67

Повар _____ Исхакова Г.Р., Бабрахимова Л.Н.