

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е.В./



МЕНЮ

11 сентября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	160	7,35	7,19	30,19	215,75	0,67
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/6	4,67	7,18	19,69	162,68	0,04
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,16	2,65	10,62	79,81	0,52
Итого			414	15,18	17,02	60,50	458,24	1,23
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	150	0,55	0,55	13,55	64,98	13,83
Итого			150	0,55	0,55	13,55	64,98	13,83
Обед								
2008	83	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	180	4,41	5,92	6,38	100,04	5,34
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ПТИЦЕЙ	130	1,89	1,96	14,79	84,69	7,36
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			560	6,30	7,88	27,16	208,67	12,70
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	170	4,80	4,29	7,73	96,86	1,20
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	1,93	2,52	19,12	107,17	0,00
Итого			200	6,73	6,81	26,85	204,03	1,20
Ужин								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2,07	5,13	11,83	102,38	13,01
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			370	2,07	5,13	17,64	125,60	13,01
Всего				30,83	37,39	145,70	1 061,52	41,97

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.