

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е.В./

МЕНЮ

13 сентября 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	190	КАША "ДРУЖБА"	160	4,30	5,55	23,43	161,42	0,42
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/6	4,54	7,99	18,82	165,88	0,04
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,16	2,65	10,62	79,81	0,52
Итого			414	12,00	16,19	52,87	407,11	0,98
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	190	0,68	0,68	16,64	79,78	16,98
Итого			190	0,68	0,68	16,64	79,78	16,98
Обед								
2008	103	СУП ОВОЩНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4,55	5,78	8,62	108,32	7,48
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,50	2,77	20,36	124,25	0,00
2008	272	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	50	9,86	11,48	0,11	143,31	0,35
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	5,42	21,66	0,00
Итого			610	18,91	20,03	34,51	397,54	7,83
Полдник								
2008		МОЛОКО	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	1,93	2,52	19,12	107,17	0,00
Итого			230	7,73	7,52	28,72	215,17	2,60
Ужин								
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	133	2,69	2,52	18,29	106,94	8,88
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	101	1,60	5,10	9,27	90,35	15,05
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	5,26	21,01	0,00
Итого			474	4,29	7,62	32,82	218,30	23,93
Всего				43,61	52,04	165,56	1 317,90	52,32

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.