

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е.В./



МЕНЮ

17 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 | 5,32 | 6,39 | 20,61 | 161,98 | 0,57 |
| 2008 | 1 | БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ | 40/6/6 | 4,58 | 6,97 | 20,23 | 162,54 | 0,04 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3,16 | 2,65 | 10,62 | 79,81 | 0,52 |
| Итого | | | 412 | 13,06 | 16,01 | 51,46 | 404,33 | 1,13 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | СОК | 190 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 190 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 100 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 180 | 5,86 | 5,41 | 19,49 | 150,43 | 4,64 |
| 2008 | 134 | ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ С КУРИЦЕЙ | 130 | 12,10 | 13,08 | 16,23 | 232,12 | 20,74 |
| 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 | 17,96 | 18,49 | 41,71 | 406,49 | 25,38 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,63 | 4,85 | 9,31 | 104,76 | 1,04 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 2,09 | 2,72 | 20,68 | 115,93 | 0,00 |
| Итого | | | 230 | 7,72 | 7,57 | 29,99 | 220,69 | 1,04 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 225 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ | 120/30 | 15,03 | 11,45 | 13,40 | 225,37 | 0,20 |
| 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 | | | 390 | 15,03 | 11,45 | 19,21 | 248,59 | 0,20 |
| Всего | | | | 53,77 | 53,52 | 142,37 | 1 280,10 | 27,75 |

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.