

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е.В./



МЕНЮ

30 сентября 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	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	160	6,84	7,60	28,22	209,25	0,03
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ	40/6	3,23	5,35	19,69	140,08	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	23,96	95,80	0,00
Итого			406	10,07	12,95	71,87	445,13	0,03
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	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	4,91	7,13	9,50	126,57	10,71
2008	265	ПЛОВ	131	12,54	10,27	33,42	276,79	1,72
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			561	17,45	17,40	48,91	427,30	12,43
Полдник								
2008		МОЛОКО	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	1,67	0,20	22,03	96,74	0,09
Итого			240	7,47	5,20	31,63	204,74	2,69
Ужин								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	160	4,14	2,37	21,99	126,42	0,43
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,16	2,65	10,62	79,81	0,52
Итого			400	7,30	5,02	32,61	206,23	0,95
Всего				42,29	40,57	185,02	1 283,40	16,10

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.