

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е.В./



МЕНЮ

10 октября 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 МАННАЯ ВЯЗКАЯ	160	4,92	5,36	23,63	162,07	0,41
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/6	4,10	6,91	17,28	148,26	0,04
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,93	2,43	11,09	78,58	0,52
Итого			412	11,95	14,70	52,00	388,91	0,97
II Завтрак								
		СОК	160	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			160	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	75	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	4,46	5,45	7,63	101,90	6,93
2008	323	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ С КУРИЦЕЙ И ОВОЩАМИ	159	12,37	7,08	26,94	221,02	1,01
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			589	16,83	12,53	40,56	346,86	7,94
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,63	4,85	9,31	104,76	1,04
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,03	2,65	20,09	112,59	0,00
Итого			230	7,66	7,50	29,40	217,35	1,04
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА И ЯБЛОК СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	110/10	15,11	10,27	21,86	244,28	2,18
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			360	15,11	10,27	27,67	267,50	2,18
Всего				51,55	45,00	149,63	1 220,62	12,13

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.