

Утверждаю



Заведующая
МДОУ "Детский сад №91"
/Кузина Е.В./

МЕНЮ

14 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	160	7,04	7,78	28,56	213,11	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	21,98	87,91	0,00
Итого			406	10,27	13,13	70,23	441,10	0,03
II Завтрак								
		СОК	170	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			170	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	104	СУП ГОРОХОВЫЙ	180	4,30	3,09	14,23	106,31	3,68
2008	267	ПЛОВ С ФАСОЛЬЮ	160	6,08	6,53	39,17	241,34	2,43
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			590	10,38	9,62	59,39	371,59	6,11
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,63	4,85	9,31	104,76	1,04
2008	467	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	90/20	7,88	5,71	51,89	290,24	0,13
Итого			310	13,51	10,56	61,20	395,00	1,17
Ужин								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ	160	4,90	4,76	18,83	138,11	0,37
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	8,06	7,41	29,45	217,92	0,89
Всего				42,22	40,72	220,27	1 425,61	8,20

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.