

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е.В./



МЕНЮ

16 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,95	4,28	22,23	147,94	0,52
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/6	4,49	6,96	19,69	159,92	0,04
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,16	2,65	10,62	79,81	0,52
Итого			432	12,60	13,89	52,54	387,67	1,08
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	103	СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4,71	6,11	10,76	121,30	5,24
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	160	7,17	3,79	32,80	193,78	0,64
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	11,88	9,90	49,55	339,02	5,88
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	170	4,97	4,29	7,20	92,56	0,51
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,15	2,80	21,28	119,26	0,00
Итого			200	7,12	7,09	28,48	211,82	0,51
Ужин								
2008	251	ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)	90	14,09	5,65	7,22	136,36	0,27
2008	35	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ	60	1,18	3,08	6,03	56,87	7,60
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	15,27	8,73	19,06	216,45	7,87
Всего				46,87	39,61	149,63	1 154,96	15,34

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.