

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е.В./



МЕНЮ

23 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	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	160	5,35	5,21	22,01	156,11	0,55
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/6	4,67	7,18	19,69	162,68	0,04
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,93	2,43	11,09	78,58	0,52
Итого			412	12,95	14,82	52,79	397,37	1,11
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	76	БОРЩ СО СМЕТАННОЙ	180	5,15	5,93	12,45	128,74	11,13
2008	265	ПЛОВ	160	11,91	10,71	34,89	283,77	1,02
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	17,06	16,64	53,33	436,45	12,15
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	1,99	2,60	19,72	110,51	0,00
2008		ЙОГУРТ	180	4,94	4,41	7,96	99,68	1,23
Итого			210	6,93	7,01	27,68	210,19	1,23
Ужин								
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	100	12,91	6,64	4,49	129,63	0,27
2008	16	САЛАТ ЗЕЛЕНый	50	0,87	2,06	1,82	29,19	1,16
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	13,78	8,70	12,12	182,04	1,43
Всего				50,72	47,17	145,92	1 226,05	15,92

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.