

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е.В./



МЕНЮ

28 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	212	ЛАПШЕВНИК	160	6,86	8,94	24,03	204,01	0,00
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/6	4,67	7,18	19,69	162,68	0,04
2008	411	КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	21,98	87,91	0,00
Итого			412	11,53	16,12	65,70	454,60	0,04
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	150	0,53	0,53	12,94	62,04	13,20
Итого			150	0,53	0,53	12,94	62,04	13,20
Обед								
2008	104	СУП ГОРОХОВЫЙ	180	7,31	5,72	13,96	140,82	3,61
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ	161	13,84	11,43	17,39	228,79	22,58
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			591	21,15	17,15	37,34	393,55	26,19
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,09	2,72	20,68	115,93	0,00
2008		МОЛОКО	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
Итого			230	7,89	7,72	30,28	223,93	2,60
Ужин								
2008	188	КАША ВЯЗКАЯ С МОРКОВЬЮ	160	5,53	5,23	26,29	175,20	0,86
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,93	2,43	11,09	78,58	0,52
Итого			400	8,46	7,66	37,38	253,78	1,38
Всего				49,56	49,18	183,64	1 387,90	43,41

Повар

Бабар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.