

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е.В./



МЕНЮ

2 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	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	160	4,51	4,53	22,20	147,26	0,41
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ	40/6	3,23	5,35	19,69	140,08	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,16	2,65	10,62	79,81	0,52
Итого			406	10,90	12,53	52,51	367,15	0,93
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	98	СУП "КРЕСТЬЯНСКИЙ" НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4,95	6,30	11,70	127,68	3,23
2008	323	ГРЕЧКА С КУРИЦЕЙ И ОВОЩАМИ	160	16,35	12,68	32,51	309,54	0,91
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	21,30	18,98	50,20	461,16	4,14
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	170	4,80	4,29	7,73	96,86	1,20
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,15	2,80	21,28	119,26	0,00
Итого			200	6,95	7,09	29,01	216,12	1,20
Ужин								
2008	236	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ	130	15,11	7,07	5,14	145,03	1,58
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200	1,41	1,21	8,14	49,41	0,26
Итого			370	16,52	8,28	13,28	194,44	1,84
Всего				55,67	46,88	145,00	1 238,87	8,11

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.