



Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е.В./

МЕНЮ

7 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	6,26	8,01	29,14	213,66	0,00
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/6	4,49	6,96	19,69	159,92	0,04
2008	411	КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	22,99	91,93	0,00
Итого			414	10,75	14,97	71,82	465,51	0,04
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	104	СУП ГОРОХОВЫЙ	180	7,29	4,38	14,36	126,24	3,83
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	161	12,97	13,28	36,40	317,66	2,13
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	20,26	17,66	56,75	467,84	5,96
Полдник								
2008		МОЛОКО	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	8,81	9,60	54,74	340,27	0,00
Итого			300	14,61	14,60	64,34	448,27	2,60
Ужин								
2008	184	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С ЯБЛОКОМ	160	6,40	7,04	25,95	194,97	2,76
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			400	7,81	8,25	34,09	244,38	3,02
Всего				53,43	55,48	227,00	1 626,00	11,62

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.