Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №91"
_____ /Кузина Е.В./

МЕНЮ

8 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	160	4,98	5,85	27,31	182,50	0,46
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/6	4,49	6,96	19,69	159,92	0,04
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,93	2,43	11,09	78,58	0,52
Итого			**414**	**12,40**	**15,24**	**58,09**	**421,00**	**1,02**
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	89	РАССОЛЬНИК	180	4,98	5,79	14,10	129,14	4,27
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	160/30	13,04	15,40	27,87	309,09	13,08
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			**620**	**18,02**	**21,19**	**47,96**	**462,17**	**17,35**
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,63	4,85	9,31	104,76	1,04
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,09	2,72	20,68	115,93	0,00
Итого			**230**	**7,72**	**7,57**	**29,99**	**220,69**	**1,04**
Ужин								
2008	226	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ВАРЕННЫЙ НА ПАРУ)	100	14,87	9,59	15,52	210,07	0,14
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			**340**	**14,87**	**9,59**	**21,33**	**233,29**	**0,14**
Всего				**53,54**	**54,12**	**170,31**	**1 399,19**	**32,75**

Повар _____ Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.