



Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е.В./

# МЕНЮ

9 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	160	4,64	5,89	25,34	173,55	0,52
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/6	4,49	6,96	19,69	159,92	0,04
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,16	2,65	10,62	79,81	0,52
<b>Итого</b>			<b>412</b>	<b>12,29</b>	<b>15,50</b>	<b>55,65</b>	<b>413,28</b>	<b>1,08</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	150	0,52	0,52	12,82	61,46	13,08
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,52</b>	<b>0,52</b>	<b>12,82</b>	<b>61,46</b>	<b>13,08</b>
<b>Обед</b>								
2008	101	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	180	5,66	6,13	16,91	149,66	4,51
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	160	12,16	9,99	9,30	177,88	27,33
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
<b>Итого</b>			<b>590</b>	<b>17,82</b>	<b>16,12</b>	<b>32,20</b>	<b>351,48</b>	<b>31,84</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	РЯЖЕНКА	160	4,70	4,06	6,81	87,59	0,49
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,03	2,65	20,09	112,59	0,00
<b>Итого</b>			<b>190</b>	<b>6,73</b>	<b>6,71</b>	<b>26,90</b>	<b>200,18</b>	<b>0,49</b>
<b>Ужин</b>								
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ)	100	13,35	4,11	4,61	109,02	0,20
2008	50	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	60	0,79	1,02	4,62	30,75	2,16
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
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>14,14</b>	<b>5,13</b>	<b>15,04</b>	<b>162,99</b>	<b>2,36</b>
<b>Всего</b>				<b>51,50</b>	<b>43,98</b>	<b>142,61</b>	<b>1 189,39</b>	<b>48,85</b>

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.