

Утверждаю



И. о. заведующей
МДОУ "Детский сад №91"
/Десинова Г. Р./

МЕНЮ

11 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ 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	7,14	8,00	22,99	192,52	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	20,04	80,17	0,00
Итого			412	11,81	15,18	62,72	435,37	0,04
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	130	0,49	0,49	11,98	57,45	12,22
Итого			130	0,49	0,49	11,98	57,45	12,22
Обед								
2008	83	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	180	5,04	6,05	10,68	121,97	11,68
2008	265	ПЛОВ	160	11,99	10,67	33,95	280,39	1,86
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	17,03	16,72	50,62	426,30	13,54
Полдник								
2008	467	ПЛЮШКА	70	6,54	4,69	39,40	225,70	0,12
2008		МОЛОКО	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
Итого			270	12,34	9,69	49,00	333,70	2,72
Ужин								
2008	185	КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ	160	4,03	4,53	19,13	133,85	0,35
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,16	2,65	10,62	79,81	0,52
Итого			400	7,19	7,18	29,75	213,66	0,87
Всего				48,86	49,26	204,07	1 466,48	29,39

Повар

Исхакова Г.Р.

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.