

Утверждаю



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

МЕНЮ

12 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008		КАША ПШЕННАЯ И РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	160	4,27	5,48	22,84	158,25	0,40
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/6	4,67	7,18	19,69	162,68	0,04
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,93	2,43	11,09	78,58	0,52
Итого			412	11,87	15,09	53,62	399,51	0,96
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	150	0,52	0,52	12,68	60,80	12,94
Итого			150	0,52	0,52	12,68	60,80	12,94
Обед								
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ	180	7,24	6,42	13,12	145,07	8,83
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,07	3,99	27,43	169,66	0,00
2008	259	ГУЛЯШ	50/50	9,01	10,75	6,84	160,62	1,94
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			660	22,32	21,16	53,38	499,29	10,77
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	1,99	2,60	19,72	110,51	0,00
2008		МОЛОКО	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
Итого			230	7,79	7,60	29,32	218,51	2,60
Ужин								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/20	17,87	12,68	21,25	273,39	0,27
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			360	17,87	12,68	27,06	296,61	0,27
Всего				60,37	57,05	176,06	1 474,72	27,54

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.