

Утверждаю



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

МЕНЮ

27 ноября 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	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	160	4,96	5,68	19,63	149,95	0,42
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/6	4,67	7,18	19,69	162,68	0,04
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,16	2,65	10,62	79,81	0,52
Итого			412	12,79	15,51	49,94	392,44	0,98
II Завтрак								
		СОК	170	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			170	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	104	СУП ГОРОХОВЫЙ	180	7,07	4,34	13,99	123,56	3,84
2008	323	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ С КУРИЦЕЙ И ОВОЩАМИ	160	15,41	12,39	28,61	287,66	0,90
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	22,48	16,73	48,59	435,16	4,74
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	1,72	2,24	17,04	95,49	0,00
2008		МОЛОКО	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
Итого			230	7,52	7,24	26,64	203,49	2,60
Ужин								
2008	247	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	130	17,44	10,08	1,12	165,30	0,28
2008	47	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ(КОНС)	40	1,20	1,54	2,52	28,61	1,60
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			410	18,64	11,62	9,45	217,13	1,88
Всего				61,43	51,10	134,62	1 248,22	10,20

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.