

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е.В./



# МЕНЮ

5 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	160	7,09	7,26	27,38	204,12	0,04
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ	40/6	3,23	5,35	19,69	140,08	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	21,43	85,74	0,00
<b>Итого</b>			<b>406</b>	<b>10,32</b>	<b>12,61</b>	<b>68,50</b>	<b>429,94</b>	<b>0,04</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СОК	170	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>170</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	104	СУП ГОРОХОВЫЙ	180	6,41	4,08	12,60	112,96	3,45
2008	323	ГРЕЧКА С КУРИЦЕЙ И ОВОЩАМИ	160	15,95	9,61	31,06	274,57	0,88
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>22,36</b>	<b>13,69</b>	<b>49,65</b>	<b>411,47</b>	<b>4,33</b>
<b>Полдник</b>								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	8,93	4,67	49,43	275,26	0,21
2008		МОЛОКО	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
<b>Итого</b>			<b>300</b>	<b>14,73</b>	<b>9,67</b>	<b>59,03</b>	<b>383,26</b>	<b>2,81</b>
<b>Ужин</b>								
2008	258	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	110	18,11	10,99	19,87	255,07	2,54
2008		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
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>21,27</b>	<b>13,64</b>	<b>30,49</b>	<b>334,88</b>	<b>3,06</b>
<b>Всего</b>				<b>68,68</b>	<b>49,61</b>	<b>207,67</b>	<b>1 559,55</b>	<b>10,24</b>

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.