

Утверждаю

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



МЕНЮ
6 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	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	160	5,03	5,31	17,95	140,22	0,49
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/6	4,58	7,17	19,15	160,06	0,04
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,93	2,43	11,09	78,58	0,52
Итого			414	12,54	14,91	48,19	378,86	1,05
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	98	СУП "КРЕСТЬЯНСКИЙ" НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4,71	6,37	10,31	121,79	2,58
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	5,05	3,00	32,30	176,52	0,00
2008	272	КОТЛЕТА	70	10,08	11,63	0,05	145,36	0,40
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	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			630	19,84	21,00	48,47	466,89	2,98
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,09	2,72	20,68	115,93	0,00
2008		ЙОГУРТ	170	4,67	4,17	7,52	94,20	1,17
Итого			200	6,76	6,89	28,20	210,13	1,17
Ужин								
2008	247	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	110	13,39	9,89	3,57	156,84	0,25
2008		САЛАТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	0,82	1,99	1,72	28,03	1,09
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	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			390	14,21	11,88	11,28	208,81	1,34
Всего				53,35	54,68	136,14	1 264,69	6,54

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.