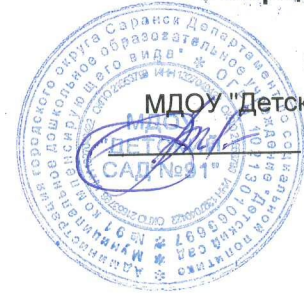


Утверждаю



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

МЕНЮ

8 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	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	160	4,71	5,48	17,77	139,49	0,37
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/6	4,21	7,12	16,89	149,11	0,04
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,93	2,43	11,09	78,58	0,52
Итого			412	11,85	15,03	45,75	367,18	0,93
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	150	0,50	0,50	12,31	59,06	12,57
Итого			150	0,50	0,50	12,31	59,06	12,57
Обед								
2008	232	СУП РЫБНЫЙ	180	7,00	2,48	8,16	83,22	4,10
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	160	3,74	2,14	10,85	80,13	34,69
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	10,74	4,62	25,00	187,29	38,79
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	1,93	2,52	19,12	107,17	0,00
2008		МОЛОКО	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
Итого			230	7,73	7,52	28,72	215,17	2,60
Ужин								
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3,27	3,60	21,27	130,86	10,23
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,20	0,03	0,43	3,25	1,25
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			395	3,47	3,63	27,51	157,33	11,48
Всего				34,29	31,30	139,29	986,03	66,37

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.