

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е. В./



МЕНЮ

12 декабря 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	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	160	4,32	5,30	20,97	148,72	0,41
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/6/6	3,84	7,02	14,93	138,83	0,04
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,93	2,43	11,09	78,58	0,52
Итого			402	11,09	14,75	46,99	366,13	0,97
II Завтрак								
		СОК	160	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			160	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,01	4,85	14,31	121,06	4,49
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	160	12,10	10,67	19,27	222,92	25,02
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	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			580	17,11	15,52	39,57	367,92	29,51
Полдник								
2008	467	ПЛЮШКА	90	9,38	7,09	49,36	298,40	0,08
2008		МОЛОКО	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
Итого			290	15,18	12,09	58,96	406,40	2,68
Ужин								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	100	14,94	11,93	9,47	213,54	0,15
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			340	14,94	11,93	15,28	236,76	0,15
Всего				58,32	54,29	160,80	1 377,21	33,31

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.