

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е. В./



# МЕНЮ

16 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	160	5,45	8,07	15,77	158,23	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>8,68</b>	<b>13,42</b>	<b>56,89</b>	<b>384,05</b>	<b>0,04</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СОК	160	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>160</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	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	180	4,67	4,74	8,48	95,47	8,16
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	11,53	11,93	9,78	194,00	19,79
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>16,20</b>	<b>16,67</b>	<b>24,25</b>	<b>313,41</b>	<b>27,95</b>
<b>Полдник</b>								
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	1,26	4,28	12,88	95,12	0,04
2008		МОЛОКО	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>7,06</b>	<b>9,28</b>	<b>22,48</b>	<b>203,12</b>	<b>2,64</b>
<b>Ужин</b>								
2008	184	КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ	160	4,27	4,87	18,15	133,41	0,49
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>400</b>	<b>7,43</b>	<b>7,52</b>	<b>28,77</b>	<b>213,22</b>	<b>1,01</b>
<b>Всего</b>				<b>39,37</b>	<b>46,89</b>	<b>132,39</b>	<b>1 113,80</b>	<b>31,64</b>

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.