

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е. В./

МЕНЮ

18 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	160	5,33	6,01	20,12	156,47	0,49
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/6	4,62	7,12	19,69	161,92	0,04
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,16	2,65	10,62	79,81	0,52
Итого			412	13,11	15,78	50,43	398,20	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	76	БОРЩ НА М/К Б-НЕ СО СМЕТАННОЙ	180	4,98	6,07	9,98	119,18	9,62
2008	332	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ И КУРИЦЕЙ	160	15,06	14,83	36,94	342,16	2,04
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	20,04	20,90	52,91	485,28	11,66
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,42	1,85	14,06	78,81	0,00
2008	435	РЯЖЕНКА	200	5,64	4,86	8,16	104,98	0,58
Итого			220	7,06	6,71	22,22	183,79	0,58
Ужин								
2008	251	ПУДИНГ РЫБНЫЙ	100	13,23	7,58	1,50	127,34	0,25
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	80	1,58	7,41	6,41	99,13	5,83
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			420	14,81	14,99	13,72	249,69	6,08
Всего				55,02	58,38	139,28	1 316,96	19,37

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.