



Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е. В./

МЕНЮ

20 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	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	160	5,00	5,84	19,14	149,53	0,41
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/6	4,80	7,14	20,82	167,39	0,04
2008	411	КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	21,43	85,74	0,00
Итого			412	9,80	12,98	61,39	402,66	0,45
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	150	0,51	0,51	12,57	60,26	12,82
Итого			150	0,51	0,51	12,57	60,26	12,82
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,98	5,79	13,35	125,49	2,92
2008	324	КАША ГОРОХОВАЯ	130	10,17	3,12	22,49	158,68	0,00
2008	272	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	50	11,61	12,96	0,08	163,47	0,45
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			610	26,76	21,87	41,91	471,58	3,37
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,46	1,90	14,43	80,90	0,00
2008		МОЛОКО	150	4,35	3,75	7,20	81,00	1,95
Итого			170	5,81	5,65	21,63	161,90	1,95
Ужин								
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,20	5,24	17,76	127,18	8,96
2008		САЛАТ С ФАСОЛЬЮ	100	8,07	0,76	20,17	123,06	4,91
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			470	10,27	6,00	43,74	273,46	13,87
Всего				53,15	47,01	181,24	1 369,86	32,46

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.