



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

МЕНЮ

24 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	160	4,92	5,92	21,68	160,35	0,46
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/6	3,93	6,89	16,25	143,26	0,04
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,93	2,43	11,09	78,58	0,52
Итого			412	11,78	15,24	49,02	382,19	1,02
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	140	0,49	0,49	11,88	56,99	12,13
Итого			140	0,49	0,49	11,88	56,99	12,13
Обед								
2008	103	СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4,74	6,09	11,01	122,16	5,35
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	10,20	12,83	7,40	186,72	2,39
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	14,94	18,92	24,40	332,82	7,74
Полдник								
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	0,03	0,00	5,62	22,61	0,04
2008	435	РЯЖЕНКА	190	5,49	4,73	7,95	102,17	0,57
Итого			230	5,52	4,73	13,57	124,78	0,61
Ужин								
2008	226	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	100	14,90	12,40	12,44	223,11	0,14
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	14,90	12,40	18,25	246,33	0,14
Всего				47,63	51,78	117,12	1 143,11	21,64

Повар Исхакова Г.Р.

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.