

Утверждаю



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

МЕНЮ

6 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	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	160	4,11	5,28	18,08	136,21	0,41
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/6	4,15	7,12	16,50	147,21	0,04
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,16	2,65	10,62	79,81	0,52
Итого			412	11,42	15,05	45,20	363,23	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	89	РАССОЛЬНИК	180	4,96	4,83	13,94	119,50	4,21
2008	267	ПЛОВ С ФАСОЛЬЮ	160	13,38	11,22	22,68	247,27	3,66
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	18,34	16,05	42,61	390,71	7,87
Полдник								
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	0,09	3,30	11,25	75,07	0,09
2008		МОЛОКО	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
Итого			240	5,89	8,30	20,85	183,07	2,69
Ужин								
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,55	4,01	18,43	126,30	9,10
2008	35	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ	90	1,91	2,13	6,66	53,74	8,33
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	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			450	4,46	6,14	30,90	203,26	17,43
Всего				40,11	45,54	139,56	1 140,27	28,96

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.