

Утверждаю



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

МЕНЮ

13 января 2025 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	212	ЛАПШЕВНИК	160	3,82	6,31	19,18	148,87	0,00
2008		БАТОН	40	3,20	0,40	19,64	95,20	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	21,43	85,74	0,00
Итого			400	7,02	6,71	60,25	329,81	0,00
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	104	СУП ГОРОХОВЫЙ	180	6,29	4,30	12,21	112,68	3,79
2008	184	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	130	4,57	5,07	20,73	146,67	0,00
2008	259	ГУЛЯШ	50/50	9,64	14,22	6,73	193,95	2,18
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			660	20,50	23,59	45,66	477,24	5,97
Полдник								
2008		МОЛОКО	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
Итого			200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
Ужин								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	160	4,38	2,88	16,58	110,28	0,36
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,93	2,43	11,09	78,58	0,52
Итого			400	7,31	5,31	27,67	188,86	0,88
Всего				40,63	40,61	143,18	1 103,91	9,45

Повар

Бабар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.