

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е. В./



МЕНЮ

16 января 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ 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 ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	160	4,48	5,57	20,79	151,76	0,39
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/6	4,17	6,92	17,73	150,40	0,04
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,16	2,65	10,62	79,81	0,52
Итого			412	11,81	15,14	49,14	381,97	0,95
II Завтрак								
		СОК	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	108	СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	7,02	6,48	19,07	166,50	2,65
2008	184	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	130	5,44	4,34	24,68	159,25	0,00
2008		ТЕФТЕЛЯ КУРИНАЯ	60	10,55	10,97	1,07	145,32	0,90
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			620	23,01	21,79	50,81	495,01	3,55
Полдник								
2008	467	ПЛЮШКА	70	6,06	4,29	35,47	204,29	0,00
2008		МОЛОКО	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
Итого			270	11,86	9,29	45,07	312,29	2,60
Ужин								
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	155	2,48	6,89	19,97	152,10	10,08
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ФАСОЛЬЮ	80	7,24	3,68	19,13	140,90	4,77
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			475	9,72	10,57	44,91	316,22	14,85
Всего				56,40	56,79	189,93	1 505,49	21,95

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.