



Утверждаю

Заведующая

Детский сад №91"

/Кузина Е. В./

# МЕНЮ

21 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	160	4,73	6,36	18,59	151,17	0,42
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/6	4,75	6,99	21,26	167,54	0,04
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,93	2,43	11,09	78,58	0,52
<b>Итого</b>			<b>412</b>	<b>12,41</b>	<b>15,78</b>	<b>50,94</b>	<b>397,29</b>	<b>0,98</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СОК	160	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>160</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	98	СУП "КРЕСТЬЯНСКИЙ" НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	5,27	6,14	12,30	129,93	6,95
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,78	2,16	30,58	161,07	0,00
2008	259	ГУЛЯШ	50/50	10,27	14,78	6,60	200,96	2,13
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
<b>Итого</b>			<b>660</b>	<b>20,32</b>	<b>23,08</b>	<b>55,47</b>	<b>515,90</b>	<b>9,08</b>
<b>Полдник</b>								
2008	464	ШТОЛИ	80	6,66	6,76	33,56	221,42	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,63	4,85	9,31	104,76	1,04
<b>Итого</b>			<b>280</b>	<b>12,29</b>	<b>11,61</b>	<b>42,87</b>	<b>326,18</b>	<b>1,04</b>
<b>Ужин</b>								
2008	226	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	100	15,71	11,43	11,26	213,14	0,22
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	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
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>15,71</b>	<b>11,43</b>	<b>17,07</b>	<b>236,36</b>	<b>0,22</b>
<b>Всего</b>				<b>60,73</b>	<b>61,90</b>	<b>166,35</b>	<b>1 475,73</b>	<b>11,32</b>

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.