



Утверждаю

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

## МЕНЮ

29 января 2025 г.

### Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	160	4,38	5,41	19,75	145,70	0,35
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/6	4,67	7,18	19,69	162,68	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>11,98</b>	<b>15,02</b>	<b>50,53</b>	<b>386,96</b>	<b>0,91</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	103	СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4,74	6,88	10,86	128,25	5,28
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,64	2,63	29,70	161,16	0,00
2008	272	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	50	10,99	12,42	0,07	156,11	0,43
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>610</b>	<b>20,37</b>	<b>21,93</b>	<b>46,62</b>	<b>469,46</b>	<b>5,71</b>
<b>Полдник</b>								
2008		МОЛОКО	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>9,60</b>	<b>108,00</b>	<b>2,60</b>
<b>Ужин</b>								
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	70	14,13	5,46	1,57	112,09	0,13
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	80	1,42	6,67	5,77	89,20	5,25
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
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>15,55</b>	<b>12,13</b>	<b>13,15</b>	<b>224,51</b>	<b>5,38</b>
<b>Всего</b>				<b>53,70</b>	<b>54,08</b>	<b>119,90</b>	<b>1 188,93</b>	<b>14,60</b>

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.