

Утверждаю

Заведующая

МДОУ Детский сад №91

/Кузина Е. В.



МЕНЮ

30 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	3,66	4,29	15,51	115,63	0,36
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/6	4,50	7,16	18,66	157,68	0,04
2008	411	КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	21,43	85,74	0,00
Итого			432	8,16	11,45	55,60	359,05	0,40
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	5,06	4,85	14,51	122,21	4,05
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	160	11,66	11,28	19,97	228,45	10,50
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	16,72	16,13	40,47	374,60	14,55
Полдник								
2008	467	ПЛЮШКА С ПОВИДЛОМ	70	5,89	4,10	40,77	223,20	0,02
2008		МОЛОКО	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
Итого			270	11,69	9,10	50,37	331,20	2,62
Ужин								
2008	226	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	100	15,24	12,05	10,89	221,11	0,15
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			340	15,24	12,05	16,70	244,33	0,15
Всего				51,81	48,73	163,14	1 309,18	17,72

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.