

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е. В.




МЕНЮ

31 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	160	3,82	4,86	18,56	133,55	0,29
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/6	4,42	7,15	18,17	155,30	0,04
2008	411	КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	20,66	82,64	0,00
Итого			414	8,24	12,01	57,39	371,49	0,33
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	98	СУП "КРЕСТЬЯНСКИЙ" НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	5,38	6,37	13,07	135,17	6,16
2008	324	КАША ГОРОХОВАЯ	130	9,10	3,54	19,03	144,49	0,00
2008	289	БИТОЧКИ	50	10,99	12,27	1,26	159,67	1,03
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			610	25,47	22,18	39,35	463,27	7,19
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	31	1,82	1,45	23,08	112,61	0,00
2008		МОЛОКО	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
Итого			231	7,62	6,45	32,68	220,61	2,60
Ужин								
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,76	3,44	17,65	112,86	8,45
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	60	0,78	3,06	4,04	47,18	2,13
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			430	3,54	6,50	27,50	183,26	10,58
Всего				44,87	47,14	156,92	1 238,63	20,70

Повар



Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.