

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е. В.



МЕНЮ

3 февраля 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	160	6,11	8,68	17,14	171,85	0,04
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ	40/6	3,23	5,35	19,69	140,08	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	20,04	80,17	0,00
Итого			406	9,34	14,03	56,87	392,10	0,04
II Завтрак								
		СОК	170	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			170	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	83	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	180	4,92	6,10	9,47	116,97	10,95
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	12,40	11,21	31,97	278,92	1,74
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	17,32	17,31	47,43	419,83	12,69
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,09	2,72	20,68	115,93	0,00
2008		МОЛОКО	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
Итого			230	7,89	7,72	30,28	223,93	2,60
Ужин								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	160	5,13	5,85	19,68	152,51	0,46
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,93	2,43	11,09	78,58	0,52
Итого			400	8,06	8,28	30,77	231,09	0,98
Всего				42,61	47,34	165,35	1 266,95	16,31

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.