

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е. В. /



МЕНЮ

14 марта 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		
Завтрак								
2008	184	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ ВЯЗКАЯ	160	4,48	6,58	16,36	143,10	0,39
2008	1	БУЛКА С СЫРОМ	40/8	4,47	2,11	19,15	114,00	0,02
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200	1,41	1,21	9,11	53,28	0,26
Итого			408	10,36	9,90	44,62	310,38	0,67
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	5,15	6,46	11,50	129,40	6,46
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	160	11,12	10,37	7,75	170,64	24,63
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,99	27,93	0,00
Итого			590	16,27	16,83	26,24	327,97	31,09
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,63	4,85	9,31	104,76	1,04
Итого			230	7,40	6,26	31,81	214,56	1,04
Ужин								
2008	247	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	130	17,47	9,27	6,02	177,62	0,40
2008		САЛАТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1,54	2,05	3,63	39,21	5,28
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	19,01	11,32	15,46	240,05	5,68
Всего				53,04	44,31	118,13	1 092,96	38,48

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.