

Утверждаю

Заведующая

МДОУ Детский сад №91

/Кузина Е.В.



# МЕНЮ

19 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	160	4,81	6,45	18,62	152,31	0,44
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/6	4,62	7,12	19,69	161,92	0,04
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,93	2,43	12,06	82,45	0,52
<b>Итого</b>			<b>414</b>	<b>12,36</b>	<b>16,00</b>	<b>50,37</b>	<b>396,68</b>	<b>1,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СОК	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>150</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	4,68	7,06	10,22	127,75	4,93
2008	209	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	3,21	1,98	20,54	112,87	0,00
2008	259	ГУЛЯШ	50/50	10,53	12,88	8,33	191,70	1,96
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
<b>Итого</b>			<b>660</b>	<b>18,42</b>	<b>21,92</b>	<b>46,08</b>	<b>460,25</b>	<b>6,89</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
2008		МОЛОКО	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>7,57</b>	<b>6,41</b>	<b>32,10</b>	<b>217,80</b>	<b>2,60</b>
<b>Ужин</b>								
2008	239	РЫБНЫЕ БИТОЧКИ	80	12,87	4,28	0,78	93,32	0,48
2008	35	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	60	0,78	2,05	3,63	35,98	1,03
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>13,65</b>	<b>6,33</b>	<b>11,19</b>	<b>156,39</b>	<b>1,51</b>
<b>Всего</b>				<b>52,00</b>	<b>50,66</b>	<b>139,74</b>	<b>1 231,12</b>	<b>12,00</b>

Повар

*Бабарахимова Л.Н.*

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.