

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №91"
/Кузина Е В /



МЕНЮ

21 марта 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 ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	160	4,30	5,37	19,40	143,49	0,34
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/6	4,63	8,77	19,70	176,88	0,04
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,87	2,43	11,75	80,96	0,52
Итого			414	11,80	16,57	50,85	401,33	0,90
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	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ	180	6,40	4,91	11,26	115,99	3,75
2008	177	ЛЕНИВЫЕ ГОЛУБЦЫ	160/30	13,30	9,95	18,26	217,70	24,03
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,99	27,93	0,00
Итого			620	19,70	14,86	36,51	361,62	27,78
Полдник								
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
Итого			230	7,57	6,41	32,10	217,80	2,60
Ужин								
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	160	2,92	3,45	19,17	119,70	9,25
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	70	1,39	6,51	5,64	87,11	5,12
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
Итого			470	4,31	9,96	31,59	233,90	14,37
Всего				43,38	47,80	151,05	1 214,65	45,65

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.