



Утверждаю

Заведующая

МДОУ Детский сад №91

/Кузина Е. В./

# МЕНЮ

26 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	160	4,65	6,17	23,05	165,87	0,41
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	2,89	2,43	11,86	81,46	0,52
<b>Итого</b>			<b>414</b>	<b>12,16</b>	<b>15,72</b>	<b>54,60</b>	<b>409,25</b>	<b>0,97</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	98	СУП "КРЕСТЬЯНСКИЙ" НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	5,20	6,42	11,85	130,50	6,48
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	160	11,11	9,86	7,63	165,58	24,56
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>590</b>	<b>16,31</b>	<b>16,28</b>	<b>26,47</b>	<b>324,01</b>	<b>31,04</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
2008		ЙОГУРТ	200	5,74	5,13	9,25	115,90	1,44
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>7,51</b>	<b>6,54</b>	<b>31,75</b>	<b>225,70</b>	<b>1,44</b>
<b>Ужин</b>								
2008	247	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	120	17,07	10,09	4,97	179,14	0,27
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1,53	3,11	6,09	58,37	3,14
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>420</b>	<b>18,60</b>	<b>13,20</b>	<b>17,84</b>	<b>264,60</b>	<b>3,41</b>
<b>Всего</b>				<b>54,58</b>	<b>51,74</b>	<b>130,66</b>	<b>1 223,56</b>	<b>36,86</b>

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.