

Утверждаю



И. о. заведующей
МДОУ "Детский сад №91"
Десинова Г.Р./

МЕНЮ

16 апреля 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	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	160	3,06	3,13	20,16	120,93	0,00
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ	40/8	0,98	7,48	6,68	97,90	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,16	2,65	11,59	83,68	0,52
Итого			408	7,20	13,26	38,43	302,51	0,52
II Завтрак								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
Итого			230	2,25	2,94	29,10	152,19	0,00
Обед								
2008	104	СУП ГОРОХОВЫЙ	180	7,04	4,34	13,24	120,20	3,37
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	13,67	12,36	33,01	298,21	0,88
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	20,71	16,70	53,24	446,34	4,25
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	200	5,80	5,00	8,40	108,00	0,60
Итого			200	5,80	5,00	8,40	108,00	0,60
Ужин								
2008	247	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	130	14,58	10,66	3,61	168,68	0,15
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	75	1,43	6,68	5,78	89,25	5,25
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200	2,78	3,13	25,92	143,23	0,15
Итого			445	18,79	20,47	35,31	401,16	5,55
Всего				54,75	58,37	164,48	1 410,20	10,92

Повар

Исхакова Г.Р., Бабарахимова Л.Н.