

Утверждаю

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



МЕНЮ

9 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	160	5,6	6,7	22,9	175	0,6
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/6	5,5	10,2	18,5	189	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,5	3	11,5	88	0,6
Итого			414	14,6	19,9	52,9	452	1,3
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	150	0,5	0,5	12,9	62	13,2
Итого			150	0,5	0,5	12,9	62	13,2
Обед								
2008	103	СВЕКОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,2	7,6	15,7	155	7,5
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	130	10,8	11	7,3	174	23,5
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			4,7	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					0
Итого			540	16	18,6	27,7	348	31
Полдник								
2008		МОЛОКО	200	5,5	4,7	9	102	2,4
2008		ВАФЛИ	50	0,9	1	24,2	111	0
Итого			250	6,4	5,7	33,2	213	2,4
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	180/30	19,6	15,6	25	321	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			4,6	18	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
Итого			450	19,6	15,6	29,6	339	0,2
Всего				57,1	60,3	156,3	1414	48,1

повар

Исхакова Г.Р. Бабрахинова Л.Н.