

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №91"

/Кузина Е.В./



МЕНЮ

12 апреля 2024 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		
Завтрак								
2008	185	КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ	160	6,8	6,9	29	206	0,6
2008	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/12	5,4	10,2	18	186	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,8	11	82	0,6
Итого			420	15,4	19,9	58	474	1,3
II Завтрак								
		СОК	200					0
Итого			200					0
Обед								
2008	76	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	5,6	7,3	11,8	142	13,1
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	130	11	13,3	13,9	221	7,2
2008	435	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			6	24	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					0
Итого			540	16,6	20,6	31,7	387	20,3
Полдник								
2008		МОЛОКО	200	5,8	5	9,6	108	2,6
2008		ЗЕФИР	50	0,2		23,9	98	0
Итого			250	6	5	33,5	206	2,6
Ужин								
2008	247	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	160	16	11	4,7	181	0,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			5,8	23	0
Итого			400	16	11	10,5	204	0,2
Всего				54	56,5	133,7	1271	24,4

повар

Исхакова Г.Р. Бабрахинова Л.Н.