

Заведующий
МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара
Будакова Н.В.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	4,63	7,51	22,75	177,75	0,52
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	2,50	2,48	16,22	96,29	0,42
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,96	4,42	11,85	95,14	0,00
Итого			365	9,09	14,41	50,82	369,18	0,94
II Завтрак								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,49	0,00	7,08	30,07	68,80
Итого			100	0,49	0,00	7,08	30,07	68,80
Обед								
1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	40	0,47	2,04	4,04	36,50	1,02
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	8,66	6,59	16,87	161,43	3,75
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	8,20	12,07	14,71	200,60	7,86
2008	396	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,07	0,07	16,16	65,61	0,72
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,31	0,31	11,99	63,46	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	3,09	0,33	20,70	100,20	0,00
Итого			590	22,80	21,41	84,47	627,80	13,35
Уплотненный полдник								
2008	245	ЕЖИКИ РЫБНЫЕ	135	5,72	3,67	12,55	106,86	0,39
2007	20	САЛАТ ИЗ КОНСЕРВИРОВАННОЙ КУКУРУЗЫ	40	1,21	3,04	2,54	42,27	1,62
2008		ПРЯНИК	35	2,07	1,65	26,25	128,10	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,16	0,00	10,01	41,26	0,64
Итого			390	9,16	8,36	51,35	318,49	2,65
Всего				41,54	44,18	193,72	1 345,54	85,74

Перфилова А.О.

Руденко О.В., Федотова Т.А.