

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара
Гриднева Е.В./

МЕНЮ

1 февраля 2023 г.

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	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,5	7,6	25,2	193	0,7
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	14,7	71	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	3,4	9,3	80	0,6
Итого			416	12,3	16,3	49,3	389	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	150	0,7		18,9	82	6
Итого			150	0,7		18,9	82	6
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,5	2,5	1,8	33	10,2
2008	75	БОРЩ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/5	1,3	2,3	6,6	52	6,7
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	80	8,2	7,9	2,3	113	0
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4,5	4,8	31,8	189	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,2	13,6	66	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	16,8	89	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	190			6,8	27	0
Итого			755	19,7	18,1	79,7	569	16,9
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	150	4,3	3,7	6,1	79	1,2
	21	ПЛЮШКА	80	5,8	8,2	42,8	267	0,1
Итого			230	10,1	11,9	48,9	346	1,3
Ужин								
к/к	23	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	40	0,9	0,1	1,8	11	1,2
к/к	24	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	250	10,5	10,5	13	195	5,5
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3	0,3	20,3	98	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		9,5	40	0,9
Итого			500	14,5	10,9	44,6	344	7,6
Всего				57,3	57,2	241,4	1730	33,1

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В.

185-64