

Утверждаю

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

МЕНЮ

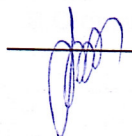
1 февраля 2024 г.

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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,9	6,5	9,6	106	0,5
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	14,8	72	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,4	3,4	13,5	97	0,6
Итого			416	8,8	15,2	38	320	1,1
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	73	0,3	0,3	6,3	29	6,4
Итого			73	0,3	0,3	6,3	29	6,4
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	3,7	4	53	23,9
2008	116	СУП-ХАРЧО НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,5	2,6	13,1	81	4,2
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	8,9	14,4	22,9	257	11,5
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,3	0,5	28,6	139	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,9	0,3	10	53	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	190	0,6	0,3	17,7	87	73,7
Итого			720	18,2	21,8	96,3	670	113,3
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	126	4,1	3	6,7	74	0,9
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	13	2,9	3,6		44	0,1
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,6	46	0
Итого			159	8,6	6,8	16,3	164	1
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	3,9	3,7	53	2,4
	27	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	200	9,3	8,7	7,4	146	0,5
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,1	0,3	10,8	57	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,6	19	0
Итого			470	12,3	12,9	26,5	275	2,9
Всего				48,2	57	183,4	1458	124,7

 Модестова О.Б.

 Руденко О.В.,

Цена 179 руб.