

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара
Гриднева Е.В./**МЕНЮ**
1 марта 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	5,2	6,2	24	172	0,5
2008	1	БАТОН	30	2,3	0,3	14,1	68	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,2	2,3	7,7	60	0,4
Итого			416	9,8	13,8	45,9	345	0,9
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	100	0,2	0,2	5,6	26	5,7
Итого			100	0,2	0,2	5,6	26	5,7
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,4	2,7	1,3	33	7,8
2008	75	БОРЩ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/5	1,3	2,3	6,6	53	6,7
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	80	5,4	5,3	2,3	79	0
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4,4	4,2	31,5	182	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			6,9	28	0
Итого			755	16,7	15,1	79	530	14,5
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	170	4,9	4,3	7	90	1,36
	21	ПЛЮШКА	80	5,8	9	43	277	0,1
Итого			250	10,7	13,3	50	367	1,46
Ужин								
к/к	23	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	60	1,8	0,1	3,8	23	2,4
к/к	24	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	250	10,3	10,2	13,8	195	4,9
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3	0,3	20,4	99	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		9,7	40	0,8
Итого			520	15,2	10,6	47,7	357	8,1
Всего				52,6	53	228,2	1625	30,66

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В.,