

Заведующий
МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара
Гриднева Е.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	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	4,6	6,3	23,9	172	0,4
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	15	73	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2	2,1	7,9	59	0,3
Итого			410	9	8,7	46,8	304	0,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	110	0,6		8,3	35	196,3
Итого			110	0,6		8,3	35	196,3
Обед								
2008	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	27	0,2		0,6	4	2,5
2008	93	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	2,5	2,1	14,7	88	4,5
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ	80	4,3	3,5	0,8	52	0,3
2008	141	РАГУ ОВОЩНОЕ	160	3,3	9,8	16,9	168	21,5
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3	0,3	19,9	97	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	16,7	88	0
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЛИМОНА	200	0,1	0,1	13	53	0,9
Итого			747	16,6	16,2	82,6	550	29,7
Полдник								
2008	18	СНЕЖОК	123	3,4	3	5,4	68	0,8
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	55	3,9	7,3	27,7	193	0
Итого			178	7,3	10,3	33,1	261	0,8
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	160	10,7	8,4	19	214	0,1
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	60	1,4	4,7	7	75	0,1
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3	0,3	19,9	97	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,7	1,8	8,3	56	0,3
Итого			450	16,8	15,2	54,2	442	0,5
Всего				50,3	50,4	225	1592	228

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,