

Утверждаю

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

МЕНЮ

2 августа 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,2	7,7	26,3	198	0,7
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	15	73	0
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3	3,2	15,8	102	0,5
Итого			410	11,6	11,2	57,1	373	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	30	0,2		2,2	9	52,1
Итого			30	0,2		2,2	9	52,1
Обед								
2008	15	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	40	0,6	1	5,7	35	1,3
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/5	1,7	1,9	8	56	10,1
2008	264	ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	80	7,3	9,9	4,1	134	0,8
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		3,5		31	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	5,3	0,6	35,8	173	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,5	0,2	7,6	40	0
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	190	1	0,1	15,9	69	0,3
Итого			740	17,4	17,2	77,1	538	12,5
Полдник								
2008	435	КЕФИР	150	4,5	0,2	6	47	1,51
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ	75	4,2	7	27,7	190	2,4
Итого			225	8,7	7,2	33,7	237	3,91
Ужин								
2008	16	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	55					0
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	4,3	5,5	1,8	79	3,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	3,6	22	133	10,9
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,9	0,2	9,7	51	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		14,4	59	0,6
Итого			510	9,4	9,3	47,9	322	14,8
Всего				47,3	44,9	218	1479	84,51

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,