

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара
/Гриднева Е.В./**МЕНЮ**
2 ноября 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,8	4,5	9,5	88	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	3,3	3,4	13,3	95	0,6
Итого			416	8,6	13,2	37,7	300	1,1
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	67	0,2	0,2	5,8	27	5,9
Итого			67	0,2	0,2	5,8	27	5,9
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	3,6	4,1	53	24,6
2008	116	СУП-ХАРЧО НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,5	1,5	13,2	72	4,3
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	8,4	14	23,1	253	11,8
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,1	0,3	21	102	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	10,6	56	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	190	0,6	0,3	17,9	88	75,2
Итого			710	16,6	20	89,9	624	115,9
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	121	4	2,9	6,5	72	0,8
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	14	3,2	4,1		50	0,1
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,9	48	0
Итого			155	8,8	7,2	16,4	170	0,9
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	3,8	3,8	52	2,4
	27	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	200	10,4	8,5	7,2	148	0,5
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,2	0,2	6,3	34	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,6	19	0
Итого			460	12,5	12,5	21,9	253	2,9
Всего				46,7	53,1	171,7	1374	126,7

Модестова О.Б.

Руденко О.В.

Цена 179 руб.