

Утверждаю



Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

/Гриднева Е.В./

МЕНЮ

4 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тов	№ 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,7	9,4	22,9	204	0,3
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	14,7	71	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,7	2,7	11	80	0,2
Итого			410	11,8	12,4	48,6	355	0,5
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	49	0,2	0,2	4,2	19	4,3
Итого			49	0,2	0,2	4,2	19	4,3
Обед								
2008	28	САЛАТ "БУРЯЧОК"	60	0,8	3,8	4,5	55	2
2008	89	РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,9	1,5	12,6	72	5,2
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130	12,9	16,6	33	336	1,9
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,3	0,3	21,8	106	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,9	0,4	14,9	79	0
2008	411	КИСЕЛЬ	180			17,4	69	0
Итого			645	21,8	22,6	104,2	717	9,1
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	116	3,8	2,8	6,2	69	0,8
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,4	5,9	29,8	190	0
Итого			166	8,2	8,7	36	259	0,8
Ужин								
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	60	7,7	1,7	1,3	51	0,5
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		3,4		31	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,2	13,1	63	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		7,7	32	0,5
Итого			410	9,8	5,3	22,1	177	1
Всего				51,8	49,2	215,1	1527	15,7

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Цена 179 руб.