Утверждаю

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

МЕНЮ

6 сентября 2023 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,6	7,9	27,4	206	0,7
2008	1	БАТОН	30	2,5	0,3	15,1	73	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,4	3,6	9,4	82	0,6
Итого			**416**	**12,6**	**16,8**	**52**	**406**	**1,3**
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	70	0,2	0,2	6	28	6,2
Итого			**70**	**0,2**	**0,2**	**6**	**28**	**6,2**
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,6	3	1,9	38	11,3
2008	75	БОРЩ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/5	1,3	2,4	6,7	55	6,7
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	80	5,6	5,8	2,2	83	0
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4,5	4,2	31,8	183	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,2	0,2	14,6	71	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	17	90	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	190			6,7	27	0
Итого			**755**	**17,5**	**16**	**80,9**	**547**	**18**
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	135	3,9	3,4	5,5	71	1,07
	21	ПЛЮШКА	80	6,1	9,5	41,4	275	0,2
Итого			**215**	**10**	**12,9**	**46,9**	**346**	**1,27**
Ужин								
к/к	23	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	34	0,7		1,4	9	0,9
к/к	24	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	250	11,4	11,9	17,1	225	5,2
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,2	0,3	21,4	104	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		9,3	39	0,6
Итого			**494**	**15,4**	**12,2**	**49,2**	**377**	**6,7**
Всего				**55,7**	**58,1**	**235**	**1704**	**33,47**

_____ Модестова О.Б.

_____ Руденко О.В.,