

Утверждаю



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

МЕНЮ

7 декабря 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 ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,9	8,2	22,9	191	0,7
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	14,9	72	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	13	2,9	3,6		44	0,1
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,8	2,8	12,7	86	0,5
Итого			429	15,1	19,9	50,6	438	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	220	1,1		28,2	122	8,9
Итого			220	1,1		28,2	122	8,9
Обед								
2012 2008	43(1)	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	0,8	3	4,4	48	2,5
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10/3	2,8	3	10,2	78	5
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	10	12,7	12,4	205	19,9
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,2	1,2	2,2	20	0,5
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,2	0,4	27,8	135	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	8,6	46	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180	0,1	0,1	17,7	73	11,7
Итого			728	19,8	20,6	83,3	605	39,6
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	135	4,5	3,3	7,2	80	0,9
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	10	49	0
2008	17	ПОВИДЛО	30	0,1		19,8	80	0,1
2008	25	ШОКОЛАД	20	2	6,9	10,1	111	0
Итого			205	8,2	10,4	47,1	320	1
Ужин								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	1,1	3,4	7,1	64	3,4
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ)	200	10,5	9,7	4,9	149	1,2
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	8,6	46	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,6	19	0
Итого			465	13,4	13,3	25,2	278	4,6
Всего				57,6	64,2	234,4	1763	55,4

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Цена 179 руб.