

Утверждаю

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

8 июня 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	3,2	5,5	10,2	103	0,6
2008		БАТОН	30	2,4	0,3	14,7	71	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	4	4,2	19,9	131	0,7
Итого			436	9,7	15	44,9	350	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5		7,3	31	172
Итого			100	0,5		7,3	31	172
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,9	3	3,3	44	19,4
2008	116	СУП-ХАРЧО НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,5	1,5	13,3	73	4,5
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	190	8,1	11,7	22,2	227	11,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,6	0,3	17,3	84	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,5	0,2	7,8	41	0
2008	440	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	200	0,4	0,1	22,7	95	0,2
Итого			690	15	16,8	86,6	564	35,5
Полдник								
2008		БИФИДОК	135	4,6	3,4	7,5	83	0,93
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,1	0,3	21	102	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,6	5,9		73	0
Итого			185	12,3	9,6	28,5	258	0,93
Ужин								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	200	27,5	15,6	7,1	278	0,8
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	120	1,3	6	7,2	89	4,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	8,6	45	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		11,1	45	0
Итого			545	30,6	21,8	34	457	5,3
Всего				68,1	63,2	201,3	1660	215,03

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,