Утверждаю

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

МЕНЮ

8 ноября 2024 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	165	4,83	6,83	30,32	203,15	0,51
2008	1	БАТОН	29	2,38	0,30	14,61	70,82	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,06	4,98	0,06	45,00	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,55	2,64	9,69	72,07	0,40
Итого			**380**	**9,82**	**14,75**	**54,68**	**391,04**	**0,91**
II Завтрак								
2008		БАНАН	97	1,02	0,34	13,04	60,44	6,79
Итого			**97**	**1,02**	**0,34**	**13,04**	**60,44**	**6,79**
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	44	0,72	2,38	2,82	35,85	17,08
2008	114	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/2	1,69	2,36	11,57	74,52	5,37
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	40	5,96	7,48	4,44	109,13	1,19
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	135	2,93	4,03	23,78	143,46	12,02
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,94	0,31	19,69	95,31	0,00
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,24	0,43	16,79	88,84	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	190	0,63	0,26	18,21	89,79	77,06
Итого			**688**	**18,11**	**17,25**	**97,30**	**636,90**	**112,72**
Полдник								
2008	18	СНЕЖОК	131	3,57	3,19	5,75	72,09	0,89
2008	451	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70	4,44	7,39	44,02	260,04	0,13
Итого			**201**	**8,01**	**10,58**	**49,77**	**332,13**	**1,02**
Ужин								
1988 г	55	ЛАКОМКА	75	13,10	9,81	19,12	238,75	0,11
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	60	1,86	5,83	8,71	94,50	0,17
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	2,19	0,23	14,64	70,87	0,00
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,39	2,52	9,32	68,57	0,44
Итого			**356**	**19,54**	**18,39**	**51,79**	**472,69**	**0,72**
Всего				**56,50**	**61,31**	**266,58**	**1 893,20**	**122,16**

Цена 179/руб

_____ Модестова О.Б.

_____ Руденко О.В.,