

Утверждаю

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

МЕНЮ

9 марта 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,2	7,9	24,4	191	0,7
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	14,7	71	0
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,2	3,3	13,1	93	0,6
Итого			410	11,8	11,5	52,2	355	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,8		11	47	258
Итого			150	0,8		11	47	258
Обед								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	5,1	2,8	11	91	4,4
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	10,7	14,8	2,9	187	0,4
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		3,6		33	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	5	0,5	33,6	163	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,2	8,3	44	0
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	190	0,9	0,1	13,6	59	0,3
Итого			675	23,3	22	69,4	577	5,1
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	150	3	2,3	4,5	72	1,1
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,6	47	0
	17	ПОВИДЛО	30	0,1		17,7	71	0
2008		БАНАН	90	0,9	0,3	11,6	54	6
Итого			290	5,6	2,8	43,4	244	7,1
Ужин								
2008	141	РАГУ ОВОЩНОЕ	160	3,2	9,1	16	158	20,5
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,2	8,3	44	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		10,1	42	0,8
Итого			365	4,9	9,3	34,4	244	21,3
Всего				46,4	45,6	210,4	1467	292,8

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В.,

179.00