

Утверждаю

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

10 мая 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	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	4,3	2,6	20,3	120	0,4
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	14,5	70	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,9	1,9	7,5	55	0,3
Итого			410	8,6	4,8	42,3	245	0,7
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	100	0,2	0,2	4,5	21	4,6
Итого			100	0,2	0,2	4,5	21	4,6
Обед								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	40	1,5	4,1	3,1	55	3,22
2008	75	БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/0/5	1,2	1,9	6,4	48	6,3
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	80	9,1	10,7	3,5	148	1,4
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6	1,8	27,3	149	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	16,6	88	0
2008	411	КИСЕЛЬ	150			14	56	0
Итого			695	23,1	19,1	84,7	611	10,92
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,4		5,9	25	138,2
2008	10	ПЕЧЕНЬЕ	60	2,1	2,8	21	118	0
Итого			160	2,5	2,8	26,9	143	138,2
Ужин								
к/к	23	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	60	0,3		0,7	4	0,4
к/к	24	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	250	9,6	7,1	12,8	159	4,9
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,1	0,3	20,6	100	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		10,4	42	0
Итого			520	13,1	7,4	44,5	305	5,3
Всего				47,5	34,3	202,9	1325	159,72

Модестова О.Б.

Руденко О.В.