

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

МЕНЮ

12 января 2024 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,2	7,7	33,9	226	0,6
2008	1	БАТОН	30	2,3	0,3	14,2	69	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,5	2,5	9,7	71	0,4
Итого			416	10,1	15,5	57,9	411	1
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	54	0,2	0,2	4,7	22	4,8
Итого			54	0,2	0,2	4,7	22	4,8
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	3,6	3,9	53	23,2
2008	114	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/3	1,6	2,3	11,9	75	5,5
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	5,8	7,5	4,5	108	1,3
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,9	3,2	23,8	136	12
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,2	0,3	21,6	105	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,7	0,5	19	101	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	190	0,6	0,3	18	89	75,4
Итого			768	18,8	17,7	102,7	667	117,4
Полдник								
2008	18	СНЕЖОК	133	3,6	3,2	5,8	73	0,9
2008	451	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70	4,3	8,2	46	274	0,1
Итого			203	7,9	11,4	51,8	347	1
Ужин								
1988 г	55	ЛАКОМКА	160	13,7	9,9	19,4	244	0,1
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	70	1,9	5,8	8,7	93	0,2
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,2	0,2	14,4	70	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,2	2,4	9,1	66	0,4
Итого			450	20	18,3	51,6	473	0,7
Всего				57	63,1	268,7	1920	124,9

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Сумма 179 руб