

Утверждаю

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

МЕНЮ

12 сентября 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	5	10,6	3,7	130	0,4
2008	8	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,1	5,3	4,5	70	4,1
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	14,9	72	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,4	3,5	14,7	103	0,6
Итого			420	11,9	19,7	37,8	375	5,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5		7,3	31	172
Итого			100	0,5		7,3	31	172
Обед								
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	2,7	5,1	2,6	67	6
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА КУРИНОМ БКЛЬОНЕ БУЛЬОНЕ	200	5,3	2,3	16,1	107	3,3
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	50/50	15,5	11,5	3,6	180	9
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2	3,1	14,2	93	6,9
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,6	0,2	10,8	52	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	18,6	98	0
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		20,5	84	2
Итого			770	30,8	22,7	86,4	681	27,2
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	131	3,8	3,3	5,4	70	1,05
2008	10	ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
Итого			171	6,8	7,2	35,2	237	1,05
Ужин								
2008	258	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	160	11,4	11,5	15,7	211	0,6
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	60	1,2	3,6	10,6	79	0,2
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,1	8,4	41	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,9	3,1	13,4	92	0,5
Итого			440	16,8	18,3	48,1	423	1,3
Всего				66,8	67,9	214,8	1747	206,65

 Модестова О.Б.

 Руденко О.В.,