

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

/Гриднева Е.В./

МЕНЮ

12 декабря 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,72	6,40	9,23	104,22	0,50
2008	1	БАТОН	29	2,38	0,30	14,59	70,73	0,00
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	96	2,67	2,68	12,32	83,04	0,45
Итого			325	7,77	9,38	36,14	257,99	0,95
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	28	0,10	0,10	2,45	11,26	2,50
Итого			28	0,10	0,10	2,45	11,26	2,50
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,03	3,66	4,09	53,61	24,10
2008	116	СУП-ХАРЧО НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,58	1,43	12,98	71,71	4,26
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	6,44	12,84	23,06	234,09	11,76
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	4,29	0,46	28,72	139,04	0,00
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,07	0,28	10,72	56,74	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	190	0,63	0,26	18,12	89,28	76,40
Итого			692	16,04	18,93	97,69	644,47	116,52
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	110	3,66	2,69	5,92	65,62	0,75
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2,76	3,51	0,00	42,88	0,08
2008	1	БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			142	8,02	6,40	15,74	156,10	0,83
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	42	0,71	3,89	3,72	52,66	2,34
	27	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	89	9,17	7,99	6,46	133,88	0,33
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,92	0,26	9,97	52,77	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,09	0,00	4,55	18,52	0,02
Итого			340	11,89	12,14	24,70	257,83	2,69
Всего				43,82	46,95	176,72	1 327,65	123,49

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Цена 179 руб.