

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара
Гриднева Е.В./**МЕНЮ**
12 января 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 ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,1	7,7	21,1	177	0,7
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	14,4	70	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,6	2,7	12,2	82	0,4
Итого			416	11,2	15,7	47,8	374	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	150	0,7		18,8	81	5,9
Итого			150	0,7		18,8	81	5,9
Обед								
2012	43(1)	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	0,9	2,4	4,3	43	2,6
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/3	3,1	3	10,5	81	5,2
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	10,3	12,1	11,2	196	17,7
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,2	1	1,9	17	0,5
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4	0,4	26,5	128	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,2	8,3	44	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180	0,2	0,1	17,6	73	12,1
Итого			718	20,3	19,2	80,3	582	38,1
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	150	5,2	3,8	8,4	92	1,03
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,6	47	0
	17	ПОВИДЛО	30	0,1		18,5	74	0
2008		ГРУША	100	0,2	0,2	5,2	23	2,7
Итого			300	7,1	4,2	41,7	236	3,73
Ужин								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	1,1	2,7	6,7	56	3,1
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ)	200	12,4	8,7	4,2	145	1
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,2	8,3	44	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,6	19	0
Итого			465	15,2	11,6	23,8	264	4,1
Всего				54,5	50,7	212,4	1537	52,93

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В.,