

Утверждаю

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

МЕНЮ

14 марта 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,5	8,5	30,3	225	0,7
2008	1	БАТОН	30	2,3	0,3	14,3	69	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,6	2,7	12	81	0,4
Итого			416	11,5	16,5	56,7	420	1,1
II Завтрак								
2008	11	БАНАН	100	0,8	0,3	10,7	50	5,6
Итого			100	0,8	0,3	10,7	50	5,6
Обед								
2007	20	САЛАТ ИЗ КОНСЕРВИРОВАННОЙ КУКУРУЗЫ	60	1,4	3,9	4,1	56	1,8
2008	103	СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	200/9	3	2,5	9,5	72	8,1
2012	292	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70	8,2	8,1	8,2	141	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,9	3,4	18,9	118	9,1
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3	0,3	20,4	99	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	17	90	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	190	0,4	0,1	16,3	69	0
Итого			759	22,2	18,7	94,4	645	19
Полдник								
2008	435	КЕФИР	140	4,2	0,1	5,6	44	1,4
2008	10	ПЕЧЕНЬЕ	65	4,9	6,4	48,7	273	0
Итого			205	9,1	6,5	54,3	317	1,4
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ	170	12,7	12,5	17,9	237	0,3
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	60	1,2	3,6	6,6	64	0,2
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,2	13,6	66	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,2	25	0
Итого			450	16	16,3	44,3	392	0,5
Всего				59,6	58,3	260,4	1824	27,6

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В., 149-00