

Утверждаю

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

МЕНЮ

14 декабря 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	2,5	5,4	9	94	0,5
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	14,5	70	0
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,2	3,3	13,4	95	0,6
Итого			390	8,1	9	36,9	259	1,1
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	50	0,2	0,2	4,3	20	4,3
Итого			50	0,2	0,2	4,3	20	4,3
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	3,7	4	54	24
2008	116	СУП-ХАРЧО НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,4	1,4	11,8	65	3,9
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	7,5	12,8	20,7	227	10,6
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,2	0,5	28,4	137	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	10,2	54	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	190	0,7	0,3	18,4	91	77,8
Итого			680	16,8	19	93,5	628	116,3
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	120	4	2,9	6,4	71	0,8
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2,7	3,5		43	0,1
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,7	47	0
Итого			152	8,3	6,6	16,1	161	0,9
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	3,9	3,7	53	2,3
2008	27	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	180	9,6	8,1	6,5	137	0,4
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	10,2	54	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,6	19	0
Итого			450	12,5	12,3	25	263	2,7
Всего				45,9	47,1	175,8	1331	125,3

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Уссуа 179/24, 2008