

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара
Гриднева Е.В./**МЕНЮ**
15 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	5,5	6,7	22,6	172	0,6
2008	1	БАТОН	30	2,3	0,3	14	68	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,6	2,7	8,3	67	0,4
Итого			416	10,5	14,7	45	352	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								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,5	2,6	1,7	33	9,9
2008	75	БОРЩ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/5	1,3	2,2	6,7	52	6,6
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	80	6,7	6,4	2,3	94	0
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4,2	4,2	30	174	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,2	13,6	66	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	16,7	88	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	190			6,8	27	0
Итого			755	17,9	16	77,8	534	16,5
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	140	4	3,5	5,7	74	1,12
	21	ПЛЮШКА	80	5,8	8,7	42,8	272	0,1
Итого			220	9,8	12,2	48,5	346	1,22
Ужин								
к/к	23	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	40	1,3	0,1	2,5	16	1,6
к/к	24	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	250	11,3	10,7	14,8	207	5,8
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3	0,3	20,3	98	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		9,6	40	0,6
Итого			500	15,7	11,1	47,2	361	8
Всего				54,6	54	237,3	1674	32,62

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В.,