

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

/Гриднева Е.В./

МЕНЮ

15 августа 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	5,2	10,5	3,8	130	0,4
2008	8	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	42	0,8	3,6	3,1	48	2,8
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	3,3	3,5	10,7	87	0,6
Итого			408	11,7	22,9	31,7	378	3,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,7		10,9	46	257,5
Итого			150	0,7		10,9	46	257,5
Обед								
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	2,7	5,1	2,6	67	6
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	5,1	2	14,1	95	2,5
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	10,8	15,1	23	270	11,6
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,9	0,2	12,8	62	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,7	0,2	8,6	46	0
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		12,4	52	2
Итого			730	22,3	22,6	73,5	592	22,1
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	117	3,4	2,9	4,8	62	0,93
2008	10	ПЕЧЕНЬЕ	42	3,1	4,1	31	174	0
Итого			159	6,5	7	35,8	236	0,93
Ужин								
2008	258	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	160	11,5	11,6	12,6	201	0,6
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	60	1,2	3,5	7,9	68	0,2
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3	0,3	20,2	98	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,9	3,1	9,8	78	0,5
Итого			450	18,6	18,5	50,5	445	1,3
Всего				59,8	71	202,4	1697	285,63

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,