

Утверждаю



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

МЕНЮ

16 января 2025 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	200	2,85	6,64	9,46	107,86	0,52
2008	1	БАТОН	29	2,33	0,29	14,29	69,27	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,06	4,98	0,06	45,00	0,00
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	99	2,68	2,81	12,00	83,00	0,47
Итого			334	7,92	14,72	35,81	305,13	0,99
II Завтрак								
2008	11	БАНАН	88	0,92	0,31	11,82	54,78	6,16
Итого			88	0,92	0,31	11,82	54,78	6,16
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,01	3,64	4,03	53,07	23,66
2008	116	СУП-ХАРЧО НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,61	1,42	13,23	72,78	4,25
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	175	8,36	13,76	23,08	249,95	11,76
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,19	0,45	28,10	136,02	0,00
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,03	0,27	10,51	55,61	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	190	0,63	0,26	18,15	89,46	76,63
Итого			695	17,83	19,80	97,10	656,89	116,30
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	125	4,12	3,03	6,67	73,95	0,85
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	14	3,11	3,95	0,00	48,18	0,09
2008	1	БАТОН	19	1,55	0,19	9,49	46,01	0,00
Итого			158	8,78	7,17	16,16	168,14	0,94
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	33	0,55	2,55	2,63	35,66	1,82
	27	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	100	9,93	8,01	6,95	139,24	0,37
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,40	0,19	7,28	38,53	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,09	0,00	4,53	18,44	0,02
Итого			334	11,97	10,75	21,39	231,87	2,21
Всего				47,42	52,75	182,28	1 416,81	126,60

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Всего 179/г/д