

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

/Гриднева Е.В./

МЕНЮ

16 мая 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	5,1	9,5	3,8	120	0,4
2008	8	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	0,6	2,6	2,3	35	2,1
2008	1	БАТОН	30	2,5	0,3	15,3	74	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	3,5	11,1	88	0,6
Итого			426	11,6	20,9	32,6	362	3,1
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	50	0,2	0,2	4,4	20	4,5
Итого			50	0,2	0,2	4,4	20	4,5
Обед								
2008	50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,8	3,7	4,7	55	2,2
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180/9	5,4	2,8	13,9	103	3
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	180	6,8	8,3	26,5	209	13,4
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	16,4	87	0
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		13,2	55	1,8
Итого			699	18,4	15,4	88,5	576	20,4
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	126	3,7	3,2	5,2	67	1,01
2008	10	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,7	4,8	36,5	205	0
Итого			176	7,4	8	41,7	272	1,01
Ужин								
2008	258	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	130	11,3	9,2	12,8	180	0,6
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	60	1,3	2,2	8,3	56	0,2
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,1	0,3	20,8	101	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,9	3,1	10,4	80	0,5
Итого			420	18,6	14,8	52,3	417	1,3
Всего				56,2	59,3	219,5	1647	30,31


 Модестова О.Б.


 Руденко О.В.,