

утверждаю



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

МЕНЮ

16 октября 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								
			200	6,1	8,2	26,9	209	0,3
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	30	2,4	0,3	14,5	70	0
2008	1	БАТОН	180	3	3	12,5	89	0,2
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	410	11,5	11,5	53,9	368	0,5
Итого								
II Завтрак								
			130	0,7		9,7	41	228,1
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	130	0,7		9,7	41	228,1
Итого								
Обед								
			60	0,7	3,5	4,1	51	1,9
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	200	2	2,9	13	86	3,2
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	80	8,7	13,1	2,9	166	0,4
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	6,1	6,1	27,6	190	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	16,9	90	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	180			17,8	71	0
2008	411	КИСЕЛЬ	740	22,9	26,2	96,1	721	5,5
Итого								
Полдник								
			128	4,2	3,1	6,8	76	0,9
2008	5	БИФИДОК	55	3,4	7,2	26,8	185	0
	19	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	183	7,6	10,3	33,6	261	0,9
Итого								
Ужин								
			80	8,8	2,4	3,3	70	1
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	150	2,9	4,8	23,4	149	11,8
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	190	0,1		10,1	42	0,6
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	440	13,9	7,4	50,6	328	13,4
Итого								
Всего				56,6	55,4	243,9	1719	248,4

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,