

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

/Гриднева Е.В./

МЕНЮ

19 июня 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	200	6,3	8,7	26,4	212	0,3
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	14,7	71	0
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	2,9	3	12	88	0,2
Итого			410	11,6	12	53,1	371	0,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,7	3,6	3,9	51	1,8
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/20/3	3,2	3,7	10,3	87	2,5
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80/0/30	7,2	11,7	2,9	146	0,3
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,7	5	21,2	148	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	14	68	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,7	0,5	19,3	102	0
2008	411	КИСЕЛЬ	180			15,3	61	0
Итого			758	21,6	24,7	86,9	663	4,6
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	121	4,2	3,1	6,7	74	0,84
	19	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	55	3,6	7,4	27,2	189	0,1
Итого			176	7,8	10,5	33,9	263	0,94
Ужин								
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	6,4	1,9	2,3	52	0,8
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,3	3,6	18,8	117	9,5
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,1	0,3	20,7	100	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	190	0,1		9,6	40	0,6
Итого			400	11,9	5,8	51,4	309	10,9
Всего				53,4	53,1	235,3	1649	18,94

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,