

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 февраля 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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,9	9,1	17,6	177	0,4
2008	1	БАТОН	30	2,3	0,3	14,4	70	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3	2,8	11,4	83	0,2
Итого			416	11,3	17,2	43,5	375	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	100	0,5		12,5	54	3,9
Итого			100	0,5		12,5	54	3,9
Обед								
2008	28	МОРКОВЬ С САХАРОМ	60	0,7	1	6,8	39	2,8
2008	89	РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,7	1,2	11,7	65	4,9
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	210	11,9	15,5	34,8	332	1,7
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,8	0,3	18,9	91	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	17,1	91	0
2008	411	КИСЕЛЬ	180			18,4	74	0
того			730	20,4	18,4	107,7	692	9,4
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	150	5,2	3,8	8,3	92	1,04
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,6	6	29,9	190	0,1
того			200	9,8	9,8	38,2	282	1,14
Ужин								
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	8,2	1,6	1,3	53	0,4
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		3,8		34	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,8	0,3	18,9	91	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		7,8	32	0,9
того			440	11,1	5,7	28	210	1,3
				53,1	51,1	229,9	1613	16,34

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В.,

149-00