

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара
Гриднева Е.В./**МЕНЮ**
20 марта 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	6,3	8,6	21,1	188	0,3
2008	1	БАТОН	30	2,3	0,3	13,9	67	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,6	2,6	10,8	78	0,2
Итого			416	11,3	16,5	45,9	378	0,5
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	150	0,7		18,8	81	5,9
Итого			150	0,7		18,8	81	5,9
Обед								
2008	28	САЛАТ "БУРЯЧОК"	60	0,7	3,6	4	52	1,9
2008	89	РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,8	1,4	12,3	70	5,1
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	210	12,1	15,4	33,5	326	1,9
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,1	0,3	20,6	100	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	16,6	88	0
2008	411	КИСЕЛЬ	180			16,7	67	0
Итого			730	20,9	21,1	103,7	703	8,9
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	150	5,2	3,8	8,3	92	1,04
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,5	5,8	29,6	189	0,1
Итого			200	9,7	9,6	37,9	281	1,14
Ужин								
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	7,6	1,7	1,3	51	0,4
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		3,2		29	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,1	0,3	20,6	100	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		7,7	32	0,6
Итого			440	10,8	5,2	29,6	212	1
Всего				53,4	52,4	235,9	1655	17,44

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В., 179 00