

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 сентября 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,7	8,2	27,6	209	0,7
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	14,6	71	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,4	3,5	9,3	81	0,6
Итого			410	12,5	12	51,5	361	1,3
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	50	0,2	0,2	4,3	20	4,4
Итого			50	0,2	0,2	4,3	20	4,4
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,4	3	1,4	35	7,5
2008	75	БОРЩ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/5	1,3	2,3	6,6	53	6,5
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	80	6	5,7	2,2	84	0
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4,6	4,6	33	192	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	2,5	0,3	16,6	81	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,9	0,3	10	53	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	190			6,7	27	0
Итого			730	16,7	16,2	76,5	525	14
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	123	3,5	3,1	5	65	0,98
	21	ПЛЮШКА	80	6,4	10,1	43,9	292	0,2
Итого			203	9,9	13,2	48,9	357	1,18
Ужин								
к/к	23	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	28	0,6		1,2	7	0,8
к/к	24	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	250	9,7	10,4	14,1	193	5
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,9	68	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		7	29	0,6
Итого			478	12,5	10,6	36,2	297	6,4
Всего				51,8	52,2	217,4	1560	27,28

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,