

Утверждаю

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

МЕНЮ

21 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	5	9,9	3,7	124	0,4
2008	8	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	0,9	4,2	3,7	57	3,3
2008	1	БАТОН	30	2,1	0,3	12,9	63	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,4	3,5	11	88	0,6
Итого			420	11,4	17,9	31,3	332	4,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	42	2
Итого			100	0,5	0,1	9,9	42	2
Обед								
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	1,3	3,1	3,2	46	4,7
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	5,3	2,3	14,3	98	3
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	7,3	10,7	28,3	238	14,3
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,9	0,2	12,9	63	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	18,7	99	0
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		12,8	53	1,8
Итого			715	19,5	16,8	90,2	597	23,8
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	140	4,1	3,5	5,8	75	1,13
2008		ПРЯНИКИ	32	1,8	1,5	23,2	113	0
Итого			172	5,9	5	29	188	1,13
Ужин								
2008	258	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	160	9,9	10	16,2	194	1
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	60	1,2	3,7	8	70	0,2
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,9	0,3	19,4	94	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,8	3	9,9	77	0,5
Итого			450	16,8	17	53,5	435	1,7
Всего				54,1	56,8	213,9	1594	32,93

_____ Кочемалкина Е.П.

_____ Руденко О.В.,

179.00