

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара
Гриднева Е.В./**МЕНЮ**
21 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	5	10	3,7	124	0,4
2008	8	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,1	5,2	4,5	70	4,1
2008	1	БАТОН	30	2,3	0,3	14	68	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	3,5	11	87	0,6
Итого			426	11,8	24	33,3	394	5,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,7	0,1	14,8	63	2,9
Итого			150	0,7	0,1	14,8	63	2,9
Обед								
2008	50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,8	3,6	4,7	54	2,2
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200/9	6,2	2,9	15,4	114	3
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	10,1	13,6	28,1	275	14,1
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,2	13,6	66	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,5	0,5	18,1	96	0
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		12,9	54	1,9
Итого			744	22,7	20,8	92,8	659	21,2
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	160	4,6	4	6,6	85	1,28
2008	10	ПЕЧЕНЬЕ	60	3,3	4,3	33	185	0
Итого			220	7,9	8,3	39,6	270	1,28
Ужин								
2008	258	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	160	12,4	11,3	13,6	208	0,9
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	60	1,2	3,5	8,2	69	0,2
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3	0,3	20,3	98	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,7	2,9	10	75	0,5
Итого			450	19,3	18	52,1	450	1,6
Всего				62,4	71,2	232,6	1836	32,08

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В.,

179.00