

Утверждаю

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

21 июня 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	150	4,9	4,5	19,3	137	0,5
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	14,5	71	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,2	3,4	9,2	79	0,6
Итого			360	10,5	8,2	43	287	1,1
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	40	0,1	0,1	3,4	16	3,5
Итого			40	0,1	0,1	3,4	16	3,5
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	30	0,3	1,5	1,1	20	6
2008	75	БОРЩ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/0/3	1,2	2,1	5,6	47	5,7
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	80	5,6	5,3	2,2	79	0
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	3,6	3,4	25,8	149	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,3	0,2	15,5	75	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,4	0,5	17,7	94	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,3	21	0
Итого			633	16,4	13	73,2	485	11,7
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	132	3,8	3,3	5,4	70	1,06
	21	ПЛЮШКА	80	6,4	9,6	44,1	290	0,2
Итого			212	10,2	12,9	49,5	360	1,26
Ужин								
к/к	23	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	40	0,2		0,4	3	0,3
к/к	24	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	250	10,4	12,8	16,5	225	4,5
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,1	0,3	20,7	100	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		9,4	39	0,5
Итого			500	13,8	13,1	47	367	5,3
Всего				51	47,3	216,1	1515	22,86

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,