

Утверждаю

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

МЕНЮ

21 ноября 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	5,1	10,6	3,8	130	0,4
2008	8	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	57	1	4,8	4,2	64	3,8
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	14,6	71	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	3,6	11	89	0,6
Итого			423	11,9	24,3	33,7	399	4,8
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	72	0,3	0,3	6,3	29	6,4
Итого			72	0,3	0,3	6,3	29	6,4
Обед								
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	1,5	3,7	3,7	54	5,4
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,2	2,3	16	107	3,4
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	9,9	13,7	29,4	281	14,9
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	16,9	90	0
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		13	55	2,1
Итого			730	22,1	20,3	92,8	654	25,8
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	119	3,4	3	4,9	63	0,95
2008	10	ПЕЧЕНЬЕ	40	3	4	30	168	0
Итого			159	6,4	7	34,9	231	0,95
Ужин								
2008	258	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	160	10,8	9,3	16,6	211	1
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	60	1,3	3,8	8,2	72	0,2
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,1	0,3	20,6	100	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,9	3,1	10,1	78	0,5
Итого			450	18,1	16,5	55,5	461	1,7
Всего				58,8	68,4	223,2	1774	39,65

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Цена 179 руб