

Утверждаю

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

МЕНЮ

22 декабря 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,1	7,3	33,8	222	0,6
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	14,7	71	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,3	2,5	9,5	69	0,4
Итого			416	9,9	15,1	58,1	407	1
II Завтрак								
2008		МАНДАРИН	70	0,4	0,2	4,2	21	19,7
Итого			70	0,4	0,2	4,2	21	19,7
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	3,7	4	53	23,4
2008	114	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/3	1,5	2,2	11,2	72	5
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	6,8	8,3	4,5	120	1,2
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,9	3,5	23,9	139	12,1
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,1	0,3	20,8	101	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	17,3	92	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	190	0,6	0,3	18,1	89	76
Итого			763	19,2	18,7	99,8	666	117,7
Полдник								
2008	18	СНЕЖОК	125	3,4	3	5,5	69	0,9
2008	451	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70	4,3	7,8	36,1	232	0,1
Итого			195	7,7	10,8	41,6	301	1
Ужин								
1988 г	55	ЛАКОМКА	160	12,3	9,7	19,1	232	0,1
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	70	1,8	5,5	8,6	89	0,2
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	14	68	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,3	2,4	9,3	67	0,4
Итого			450	18,5	17,8	51	456	0,7
Всего				55,7	62,6	254,7	1851	140,1

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Цена 179 руб.