

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

/Гриднева Е.В./

МЕНЮ

24 января 2024 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,6	8,8	27,7	215	0,8
2008	1	БАТОН	30	2,3	0,3	14,4	70	0
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,2	3,4	12,8	94	0,6
Итого			410	12,1	12,5	54,9	379	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,8		11,2	48	263,9
Итого			150	0,8		11,2	48	263,9
Обед								
2008	15	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	60	0,8	1,5	6,6	44	2
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/5	1,6	1,8	7,9	55	10
2008	264	ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	80	5,6	8,7	3,2	113	0,8
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		3,9		35	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	5,1	0,5	33,9	164	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	8,7	46	0
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	190	1	0,1	13,9	61	0,3
Итого			760	15,8	16,7	74,2	518	13,1
Полдник								
2008	435	КЕФИР	115	3,2	2,8	4,5	59	0,8
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ	75	4,4	7,8	28	200	2,4
Итого			190	7,6	10,6	32,5	259	3,2
Ужин								
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	2	4,9	2	62	1,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	3,5	21,6	131	10,7
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,2	8	43	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		10,1	41	0,5
Итого			455	6,7	8,6	41,7	277	12,7
Всего				43	48,4	214,5	1481	294,3

 Модестова О.Б.

 Руденко О.В.,