

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара
Гриднева Е.В./**МЕНЮ**
24 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	4,9	6,9	31,5	209	0,6
2008	1	БАТОН	30	2,3	0,3	13,9	67	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,4	2,4	9,6	70	0,4
Итого			416	9,7	14,6	55,1	391	1
II Завтрак								
2008	11	БАНАН	100	0,7	0,2	9,5	44	5
Итого			100	0,7	0,2	9,5	44	5
Обед								
2012	43(1)	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	0,9	2,8	4	44	2,4
2008	114	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/3	1,6	2	11,2	70	5,2
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	6,8	7,8	4,3	116	1,1
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,6	3,4	21,6	129	10,9
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3	0,3	20,2	98	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,5	0,5	18	95	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	190	0,5	0,2	16,6	80	62,2
Итого			768	18,9	17	95,9	632	81,8
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	140	2,8	2,1	4,2	67	1
2008	451	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70	4	10,3	33,2	242	0,1
Итого			210	6,8	12,4	37,4	309	1,1
Ужин								
1988 г	55	ЛАКОМКА	160	13,2	11,7	18,5	235	0,1
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	70	1,7	4,7	8,3	82	0,2
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,2	13,6	66	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,2	2,4	9,2	67	0,4
Итого			450	19,1	19	49,6	450	0,7
Всего				55,2	63,2	247,5	1826	89,6

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В.,

179 00