

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара
Гриднева Е.В./**МЕНЮ**
24 августа 2023 г.

Если 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	160	2	3,1	7,2	64	0,4
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,1	0,1	37	0
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	165	2,9	2,9	12	84	0,5
Итого			350	6,6	10,3	29,1	233	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1		14,6	62	344
Итого			200	1		14,6	62	344
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	60	0,9	4	6	64	8,7
2008	116	СУП-ХАРЧО НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,2	3,4	10,3	79	3,4
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	175	7,2	16,3	17,1	244	8,8
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,8	36	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	16,2	78	60,8
Итого			605	13,2	24,3	70,2	568	81,7
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	123	4,1	3	6,6	73	0,8
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	18	4,2	5,3		65	0,1
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
Итого			161	9,9	8,5	16,4	186	0,9
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,7	3,8	3,3	50	2,1
	27	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	10,4	9,5	5,9	151	0,5
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,8	36	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		5,7	23	0
Итого			400	12,5	13,5	21,7	260	2,6
Всего				43,2	56,6	152	1309	430,1


 Модестова О.Б.


 Руденко О.В.,