

МБДОУ "Детский сад № 363/г. Самара"

МЕНЮ

26 сентября 2024 г.

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 ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,55	7,86	24,60	193,85	0,63
2008	1	БАТОН	30	2,47	0,31	15,17	73,53	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,06	4,98	0,06	45,00	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,74	2,81	12,41	84,85	0,47
			416	11,82	15,96	52,24	397,23	1,10
Итого								
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,75	0,00	11,01	46,76	259,44
			150	0,75	0,00	11,01	46,76	259,44
Итого								
Обед								
2012	43(1)	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	49	0,86	3,13	4,28	48,69	2,30
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/2	1,46	1,95	11,01	67,52	5,43
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	12,18	14,02	12,54	225,92	19,62
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	9	0,32	1,18	2,17	20,80	0,60
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,13	0,44	27,64	133,79	0,00
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,65	0,22	8,56	45,30	0,00
2008	437	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180	0,14	0,06	17,83	73,32	11,49
			675	20,74	21,00	84,03	615,34	39,44
Итого								
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	112	3,71	2,73	6,00	66,58	0,76
2008	1	БАТОН	19	1,53	0,19	9,41	45,61	0,00
	17	ПОВИДЛО	31	0,12	0,00	19,95	80,32	0,06
			162	5,36	2,92	35,36	192,51	0,82
Итого								
Ужин								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	44	0,74	2,38	4,73	43,68	2,29
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ)	72	9,02	10,05	4,95	146,24	1,10
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,76	0,23	9,13	48,33	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	4,59	18,79	0,02
			322	11,62	12,66	23,40	257,04	3,41
Итого								
Всего				50,29	52,54	206,04	1 508,88	304,21

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,