

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

/Гриднева Е.В./

МЕНЮ

28 марта 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,8	4,5	9,4	88	0,5
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	15	73	0
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,3	3,4	13,2	95	0,6
Итого			410	8,5	8,2	37,6	256	1,1
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	50	0,2	0,2	4,3	20	4,4
Итого			50	0,2	0,2	4,3	20	4,4
Обед								
2008	116	СУП-ХАРЧО НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,7	1,5	13,4	73	4,2
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	190	8,3	14,3	23,1	254	11,7
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3	0,3	20	97	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	10,4	55	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	190	0,6	0,3	18	89	75,8
Итого			640	15,6	16,7	84,9	568	91,7
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	113	3,7	2,7	6	67	0,8
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,6	3,3		41	0,1
2008	1	БАТОН	20	1,7	0,2	10,3	50	0
Итого			144	8	6,2	16,3	158	0,9
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	45	0,8	3,8	3,8	52	2,3
2008	27	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	100	9,3	8,3	7,3	141	0,5
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	7,2	38	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,6	19	0
Итого			345	11,6	12,3	22,9	250	2,8
Всего				43,9	43,6	166	1252	100,9

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Цена 179 руб.