

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара
Гриднева Е.В./

МЕНЮ

28 декабря 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,8	6,5	9,5	107	0,5
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	14,8	72	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,4	3,4	13,3	96	0,6
Итого			416	8,7	15,2	37,7	320	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	110	0,6		8,1	34	190
Итого			110	0,6		8,1	34	190
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,1	3,7	4,1	54	24,5
2008	116	СУП-ХАРЧО НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,5	1,5	13,3	72	4,3
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	8,1	13,9	23,1	250	11,7
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4	0,4	26,8	130	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,1	0,3	10,7	57	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	190	0,6	0,2	17,2	84	69,5
Итого			720	17,4	20	95,2	647	110
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	107	3,5	2,6	5,7	64	0,7
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	14	3,2	4,1		50	0,1
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	10	48	0
Итого			141	8,3	6,9	15,7	162	0,8
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,9	4	4,1	55	2,5
	27	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	200	10,5	8,7	7,4	150	0,5
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	10,2	54	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,6	19	0
Итого			470	13,5	13	26,3	278	3
Всего				48,5	55,1	183	1441	304,9

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Цена 179 руб