

Утверждаю

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

29 июня 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	4	5,6	17,3	135	0,5
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	14,5	70	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,6	2,8	11,8	82	0,5
Итого			356	9,1	13,7	43,7	332	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5		7,4	31	173,3
Итого			100	0,5		7,4	31	173,3
Обед								
2012	43(2)	САЛАТ "ЛЕТО"	60	1	1,3	3,5	30	2,1
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	1,4	1,1	10,2	57	5,1
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	6,9	8,2	9,4	139	12
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,2	0,4	2	14	0,5
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,2	0,4	28,1	136	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	8,6	45	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	130			6,9	28	0
Итого			625	15,4	11,6	68,7	449	19,7
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	130	4,5	3,3	7,2	80	0,89
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
	17	ПОВИДЛО	11			7	28	0
Итого			161	6,1	3,5	24	156	0,89
Ужин								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30	0,6	0,8	3,5	23	1,7
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ)	180	8	8,3	4,1	123	1
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,2	8,4	44	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1		9,8	40	0,4
Итого			385	10,3	9,3	25,8	230	3,1
Всего				41,4	38,1	169,6	1198	197,99

Модестова О.Б.

Руденко О.В.