



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

МЕНЮ

29 сентября 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,1	7,6	33,7	224	0,6
2008	1	БАТОН	30	2,3	0,3	14,1	68	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,3	2,5	9,4	69	0,4
Итого			416	9,8	15,4	57,3	406	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,8		11,1	47	262,6
Итого			150	0,8		11,1	47	262,6
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	3,5	3,9	52	22,9
2008	114	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/3	1,6	2	11,5	72	5,3
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	7,4	8,6	4,4	124	1,2
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,9	3,1	23,7	135	12
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3	0,3	19,8	96	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	17	90	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	190	0,6	0,3	17,9	88	75,4
Итого			763	19,8	18,2	98,2	657	116,8
Полдник								
2008	18	СНЕЖОК	123	3,4	3	5,4	68	0,8
2008	451	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70	4,4	7,9	35,4	230	0,1
2008	2	ЯБЛОКО	78	0,3	0,3	6,8	31	6,9
Итого			271	8,1	11,2	47,6	329	7,8
Ужин								
1988 г	55	ЛАКОМКА	160	12,4	11,1	19,3	228	0,1
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	70	1,6	4,2	8,4	76	0,1
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,2	13,5	65	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,2	2,3	9,1	66	0,4
Итого			450	18,2	17,8	50,3	435	0,6
Всего				56,7	62,6	264,5	1874	388,8

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,