

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара
Гриднева Е.В./**МЕНЮ**
30 августа 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,5	8,3	25,8	202	0,8
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	15	73	0
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,2	3,4	12,5	92	0,6
Итого			410	12,1	12	53,3	367	1,4
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	72	0,3	0,3	6,2	29	6,3
Итого			72	0,3	0,3	6,2	29	6,3
Обед								
2008	15	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	40	0,6	1	5,3	33	1,2
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/5	1,8	2	8,3	58	9,8
2008	264	ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	80	5,4	8,4	3,1	109	0,7
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		3,3		30	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	5,3	0,6	35,3	171	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,5	0,2	7,8	41	0
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	190	1	0,1	14	61	0,3
Итого			740	15,6	15,6	73,8	503	12
Полдник								
2008	435	КЕФИР	130	3,7	3,2	5	67	0,9
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ	75	4,3	7,7	27,4	195	2,4
Итого			205	8	10,9	32,4	262	3,3
Ужин								
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	3,7	5,9	2	80	2,8
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	3,6	21,6	132	10,6
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,2	8,2	44	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		9,9	41	0,5
Итого			455	8,4	9,7	41,7	297	13,9
Всего				44,4	48,5	207,4	1458	36,9

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,