

Утверждаю

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

МЕНЮ

31 марта 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	200	4,7	6,5	21,2	163	0,5
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	2,2	2,3	8,2	62	0,4
Итого			416	9,3	14,1	43,6	338	0,9
II Завтрак								
2008	11	БАНАН	100	0,9	0,3	12,1	56	6,3
Итого			100	0,9	0,3	12,1	56	6,3
Обед								
2008	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,2		0,8	4	3
2008	93	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	2,2	2,1	13,2	79	4,1
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ	80	4,8	3,9	0,7	57	0,3
2008	141	РАГУ ОВОЩНОЕ	160	3,1	9,2	15,2	156	20
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3	0,3	19,9	97	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	16,8	89	0
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЛИМОНА	200	0,1	0,1	12,4	51	0,8
Итого			780	16,6	16	79	533	28,2
Полдник								
2008	18	СНЕЖОК	160	3,9	3,4	6,2	78	1
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	55	3,8	6,1	27,7	182	0
Итого			215	7,7	9,5	33,9	260	1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	160	12,5	10,8	19,4	229	0,1
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	60	1,2	4	6,7	67	0,1
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3	0,3	19,9	97	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,7	1,8	8,2	56	0,3
Итого			450	18,4	16,9	54,2	449	0,5
Всего				52,9	56,8	222,8	1636	36,9

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В., 179-00