

Утверждаю

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

МЕНЮ

31 января 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,6	8,4	30,4	225	0,7
2008	1	БАТОН	30	2,4	0,3	14,6	71	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,7	2,7	12,4	84	0,5
Итого			416	11,8	16,4	57,5	425	1,2
Обед								
2007	20	САЛАТ ИЗ КОНСЕРВИРОВАННОЙ КУКУРУЗЫ	60	1	4,1	3,1	52	1,2
2008	103	СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ НА МК БУЛЬОНЕ	200/9	3,3	2,6	10,6	78	8,7
2012	292	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70	8,2	8,5	6,7	137	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	3,2	21,5	128	10,5
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,5	0,3	16,7	81	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,1	0,4	16,1	85	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	190	0,4	0,1	16,6	70	0
Итого			759	21,5	19,2	91,3	631	20,4
Полдник								
2008	435	КЕФИР	185	5,8	0,2	7,4	57	1,84
2008		ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,8	111	0
Итого			215	7,4	1,6	30,2	168	1,84
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ	170	11,3	11,7	18,9	227	0,3
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	60	1,2	3,3	6,4	60	0,2
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,7	0,2	11,1	54	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,1	25	0
Итого			450	14,3	15,2	42,5	366	0,5
Всего				55	52,4	221,5	1590	23,94

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В.

179 00