

Утверждаю

заведующий

МАДОУ "Детский сад № 377" г.о. Самара

_____/О. А. Карева/

МЕНЮ

4 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,4	6,2	22,7	171	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,1	3,2	12,5	92	0,5
2008	1	БАТОН С МАСЛОМ	29/5	2,1	5	14,7	113	0
Итого			434	10,6	14,4	49,9	376	1,1
II Завтрак								
2008		АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	90	1,3	0,3	11,3	60	84
Итого			90	1,3	0,3	11,3	60	84
Обед								
2008	92	СУП РЫБНЫЙ	200/40	12,8	6,3	12	155	3,9
2012	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	150/35	12,5	17,7	9,4	250	25,5
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,2	0,2	13,8	58	1,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,6	85	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,7	0,1	10,9	52	0
Итого			687	29,9	24,7	63,7	600	31,1
Уплотненный полдник								
2008	211	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ, С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	8,9	11,1	34,3	272	0
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	4,9	4,5	0,3	62	0
2008	431	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,2		9,1	38	1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,7	0,1	10,9	52	0
Итого			451	15,7	15,7	54,6	424	1
Всего				57,5	55,1	179,5	1460	117,2

медсестра _____ Загайнова Т.А.