

Утверждаю

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

МЕНЮ

1 февраля 2023 г.

Ясли 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	145	4,7	6,1	16,4	138	0,6
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,6	2,3	0,2	32	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,1	0,1	37	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,2	3,5	10	83	0,6
Итого			350	12,2	16,2	36,5	338	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	1		25,4	110	8
Итого			200	1		25,4	110	8
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0,4	1,6	1,2	22	6,8
2008	75	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180/0/5	1,2	1,7	5,4	40	5,6
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	60	7	6,6	1,7	94	0
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3,3	3,6	23,4	139	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,2	13,6	66	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	13,4	71	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			7,2	29	0
Итого			615	16,5	14	65,9	461	12,4
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	150	4,3	3,7	6,1	79	1,2
	21	ПЛЮШКА	55	4,4	5,9	30,8	194	0,1
Итого			205	8,7	9,6	36,9	273	1,3
Ужин								
к/к	23	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	40	0,9	0,1	1,8	11	1,2
к/к	24	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	160	6,9	6,7	8,2	124	3,6
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,2	13,6	66	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1		8	33	0,7
Итого			370	9,9	7	31,6	234	5,5
Всего				48,3	46,8	196,3	1416	28,4

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В., 176-89