

Утверждаю

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

МЕНЮ

1 марта 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	4,6	6	17,1	139	0,6
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,1	0,1	37	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,1	3,3	9,8	81	0,5
Итого			330	9,4	13,6	36,8	305	1,1
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	0,3	1,8	1	22	5,2
2008	75	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180/0/5	1,2	1,7	5,3	41	5,8
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	60	4,1	4,1	1,8	60	0
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3,2	3,1	23,1	133	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			7,3	29	0
Итого			615	13,4	11,2	65,5	422	11
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	150	4,3	3,7	6,1	79	1,2
	21	ПЛЮШКА	55	4,3	6,4	30,6	196	0,1
2008	2	ЯБЛОКО	100	0,2	0,2	5,6	26	5,7
Итого			305	8,8	10,3	42,3	301	7
Ужин								
к/к	23	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	40	1,2	0,1	2,5	16	1,6
к/к	24	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	160	7,5	7,5	9,2	138	3,2
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,2	13,6	66	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1		8,1	34	0,6
Итого			370	10,8	7,8	33,4	254	5,4
Всего				43,4	42,9	203,4	1392	32,5

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В.,