

Утверждаю

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

МЕНЮ

2 августа 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	145	4,3	5,9	17,2	137	0,5
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
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	2,8	3	10,1	77	0,5
Итого			330	8,8	13,2	37,2	299	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	30	0,2		2,2	9	52,1
Итого			30	0,2		2,2	9	52,1
Обед								
2008	15	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	40	0,6	1	5,7	34	1,3
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	1,6	1,3	7,9	51	9,9
2008	264	ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	60	7,3	9,4	2,3	123	0,6
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	0,1	10,3	0,1	93	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,1	0,4	27,6	134	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,8	36	0
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	150	0,7		12,7	54	0,2
Итого			600	15,7	22,6	63,1	525	12
Полдник								
2008	435	КЕФИР	150	4,5	0,2	6	47	1,5
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ	55	4,7	15,6	22	247	2
Итого			205	9,2	15,8	28	294	3,5
Ужин								
2008	16	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40					0
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	4,4	9,2	2,6	116	3,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	3,7	5	18,5	134	8,2
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,8	36	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1		11,5	47	0,5
Итого			380	9,5	14,4	39,4	333	12,1
Всего				43,4	66	169,9	1460	80,7

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,