

Утверждаю



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

МЕНЮ

2 ноября 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	160	2,1	3,2	4,4	54	0,4
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	165	3	3,1	12,2	87	0,5
Итого			350	6,8	10,6	26,5	226	0,9
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	67	0,2	0,2	5,8	27	5,9
Итого			67	0,2	0,2	5,8	27	5,9
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	2,6	3,2	40	7
2008	116	СУП-ХАРЧО НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,3	1,3	11,2	62	3,5
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	175	7,7	11,4	17,5	204	8,9
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,8	36	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	16,2	78	60,6
Итого			585	13,6	15,9	68,7	487	80
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	121	4	2,9	6,5	72	0,8
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	14	3,3	4,2		52	0,1
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
Итого			155	8,9	7,3	16,3	172	0,9
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	3,7	3,4	51	2,2
	27	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	10,1	7,3	5,8	129	0,4
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,8	36	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		5,7	23	0
Итого			400	12,3	11,2	21,7	239	2,6
Всего				41,8	45,2	139	1151	90,3

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Цена 179 руб.