

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

Гриднева Е.В./

МЕНЮ

7 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	5,4	10,5	4,1	131	0,4
2008	8	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,8	3,6	3,1	48	2,8
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,2	0,1	38	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,2	3,4	9,8	82	0,5
Итого			355	11,1	21,9	26,9	347	3,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,4	2,2	2,1	30	1
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА М/К БУЛЬОНЕ	180/10	5,3	2,1	13,3	91	2,6
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	165	6,9	9,9	23,2	210	11,7
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,2	13,4	65	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,4	0,3	12,2	65	0
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1		9,4	39	1,4
Итого			605	17,1	14,7	73,6	500	16,7
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	150	4,3	3,7	6,1	79	1,2
2008	10	ПЕЧЕНЬЕ	50	2,8	3,6	27,4	154	0
2008	2	ЯБЛОКО	100	0,2	0,2	5,2	24	5,3
Итого			300	7,3	7,5	38,7	257	6,5
Ужин								
2008	258	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	130	9,3	7,9	10,8	153	0,7
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	40	0,8	2,2	5,3	44	0,1
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,2	13,4	65	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		5,7	23	0
Итого			360	12,2	10,3	35,2	285	0,8
Всего				48,7	54,6	194,6	1475	31,7

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В.,

179-00