



Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

Гриднева Е.В./

МЕНЮ

7 сентября 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	3,3	7,4	67	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	3,1	3,2	12,3	89	0,5
Итого			350	6,9	10,8	29,6	241	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1		14,6	62	344
Итого			200	1		14,6	62	344
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	60	0,9	3,9	5,9	63	8,8
2008	116	СУП-ХАРЧО НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,3	2,4	10,8	71	3,5
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	175	7,4	13,9	17,1	225	8,8
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
Итого			605	13,5	20,8	70,6	540	81,1
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	123	4,1	3	6,6	73	0,8
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
Итого			143	5,7	3,2	16,4	121	0,8
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	3,7	3,3	50	2,3
	27	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	9	10,5	4,5	150	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	11,2	14,4	20,3	259	2,7
Всего				38,3	49,2	151,5	1223	429,5

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,