

Утверждаю



Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

/Гриднева Е.В./

МЕНЮ

8 июня 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	200	2,8	4,9	9,7	94	0,5
2008		БАТОН	20	1,8	0,2	11,2	55	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,1	0,1	37	0
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	2,7	2,8	14,6	93	0,5
Итого			375	7,4	12	35,6	279	1
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	30	0,5	2	2,4	29	4,7
2008	116	СУП-ХАРЧО НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	150	1,2	0,9	9,8	54	3,3
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	7,6	11	17,4	199	8,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,2	10	48	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1	0,1	5,1	27	0
2008	440	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	150	0,3	0,1	17	71	0,2
Итого			515	12,1	14,3	61,7	428	17,1
Полдник								
2008		БИФИДОК	135	4,4	3,3	7,2	80	0,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,6	0,3	17,3	84	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	13	3	3,9		48	0
Итого			173	10	7,5	24,5	212	0,9
Ужин								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	160	22,1	13,1	5,8	230	0,6
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	90	0,9	4,5	5,4	67	3,3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,2	8,1	43	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		11,1	45	0
Итого			475	24,7	17,8	30,4	385	3,9
Всего				55,2	51,6	166,8	1366	366,9

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,