

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

/Гриднева Е.В./

МЕНЮ

9 февраля 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 ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	140	4,5	5,3	16,3	131	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
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,5	2,5	10,6	74	0,4
Итого			345	8,7	12,1	36,8	290	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	1		25,4	110	8
Итого			200	1		25,4	110	8
Обед								
2012	43(1)	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	0,6	1,6	2,9	29	1,8
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10/3	3,3	2,4	16,9	102	8,3
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	9,2	10,5	10,8	175	17,3
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,2	1,6	2,3	24	0,4
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,2	13,1	64	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,5	34	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	150	0,1	0,1	13,9	57	10,4
Итого			613	16,7	16,6	66,4	485	38,2
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	150	5,2	3,8	8,3	92	1,03
	17	ПОВИДЛО	20	0,1		12,1	49	0
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,7	47	0
Итого			190	6,9	4	30,1	188	1,03
Ужин								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,8	1,8	4,5	39	2
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ)	150	11,2	9,5	3,8	145	1
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,5	34	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		5,2	21	0
Итого			360	13,4	11,5	20	239	3
Всего				46,7	44,2	178,7	1312	51,03

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В.,

179-00