

Утверждаю

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

МЕНЮ

9 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	145	4,7	6,1	17	141	0,6
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3,2	3,4	10,6	85	0,6
Итого			325	9,5	9,7	37,4	274	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1		14,6	62	344
Итого			200	1		14,6	62	344
Обед								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	5,1	2,8	11	91	4,4
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	60/20	8,5	11,2	2	144	0,3
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110		2,1		20	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4	0,4	27	131	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,6	35	0
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	150	0,6		10,6	46	0,2
Итого			580	19,5	16,7	57,2	467	4,9
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	150	3	2,3	4,5	72	1,1
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,7	47	0
	17	ПОВИДЛО	20	0,1		11,8	48	0
2008		БАНАН	90	0,9	0,3	11,6	54	6
Итого			280	5,6	2,8	37,6	221	7,1
Ужин								
2008	141	РАГУ ОВОЩНОЕ	160	3,2	9,1	16	158	20,5
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,6	35	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1		8,1	34	0,6
Итого			330	4,6	9,3	30,7	227	21,1
Всего				40,2	38,5	177,5	1251	378,3

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В.,

179.00