

Утверждаю



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

МЕНЮ **9 августа 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	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	145	4,6	11,5	17,1	187	0,5
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3	3,2	9,7	79	0,5
Итого			325	9,2	14,9	36,6	314	1
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	50	0,2	0,2	4,3	20	4,4
Итого			50	0,2	0,2	4,3	20	4,4
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0,4	2	1,3	26	7,2
2008	75	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,1	1,7	4,5	37	5,2
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	60	6,5	6	1,8	88	0
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3,3	8,5	22,9	180	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	13,7	72	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			8	32	0
Итого			610	16	18,8	66	502	12,4
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	113	3,3	2,8	4,6	59	0,9
	21	ПЛЮШКА	55	5,5	14,2	32,8	278	0,2
Итого			168	8,8	17	37,4	337	1,1
Ужин								
к/к	23	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	40	0,2		0,3	2	0,2
к/к	24	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	160	6,2	13,1	9,1	181	2,5
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1		8,8	36	0,5
Итого			370	8,6	13,3	32	286	3,2
Всего				42,8	64,2	176,3	1459	22,1

 Модестова О.Б.

 Руденко О.В.,