

Утверждаю

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

МЕНЮ

9 октября 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	4,2	5,8	12,9	121	0,2
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,6	2,5	10,7	76	0,2
Итого			330	8,4	8,5	33,4	245	0,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1		14,6	62	344
Итого			200	1		14,6	62	344
Обед								
2008	28	МОРКОВЬ С САХАРОМ	40	0,5	0,8	4,5	28	1,8
2008	89	РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180/12	2,7	2	13	81	5,3
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	10,8	12,6	26,1	263	1,6
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	411	КИСЕЛЬ	150			12,7	51	0
Итого			602	18,7	16	83,8	562	8,7
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	123	4,2	3,1	6,9	76	0,84
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,7	7,1	30,3	203	0,2
Итого			173	8,9	10,2	37,2	279	1,04
Ужин								
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	10,1	2,4	2	70	0,5
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110		2,5		23	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1		8,1	33	0,5
Итого			380	12,3	5,1	23,9	193	1
Всего				49,3	39,8	192,9	1341	355,14

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,