

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

/Гриднева Е.В./

МЕНЮ

10 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	142	4,1	5,6	19,6	145	0,5
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	433	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,9	3,1	9,3	76	0,5
Итого			337	8,7	13	38,8	306	1
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	1		25,4	110	8
Итого			200	1		25,4	110	8
Обед								
2008	114	СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/0/5	1,8	1,8	11,3	69	5,1
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	80	12,9	17,6	3,9	226	1,9
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,1	2,3	17,8	102	9
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,2	13,1	64	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	13,5	71	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	160	0,4	0,2	15,1	72	51,6
Итого			595	21,8	22,4	74,7	604	67,6
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	160	5,5	4	8,8	97	1,09
2008	451	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	55	3,8	6,8	28,6	190	0,1
2008	2	ЯБЛОКО	100	0,2	0,2	5,8	26	5,9
Итого			315	9,5	11	43,2	313	7,09
Ужин								
1988 г	55	ЛАКОМКА	130	10,6	8,2	14,8	178	0,1
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	40	0,7	2,1	5,2	43	0,1
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,2	13,1	64	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,4	2,5	9,5	70	0,4
Итого			390	15,7	13	42,6	355	0,6
Всего				56,7	59,4	224,7	1688	84,29

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В.,

179-00