

Утверждаю

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

10 мая 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	145	4,6	3,5	16,2	113	0,6
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,1	3,3	9,8	81	0,5
Итого			325	9,3	7	35,8	242	1,1
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	100	0,2	0,2	4,5	21	4,6
Итого			100	0,2	0,2	4,5	21	4,6
Обед								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	40	1,5	4,1	3,1	55	3,22
2008	75	БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/0/5	1,2	1,9	6,4	48	6,3
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	80	9,1	10,7	3,6	149	1,4
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6	4,3	27,3	171	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	13,3	70	0
2008	411	КИСЕЛЬ	150			14	56	0
Итого			685	22,5	21,5	81,5	616	10,92
Полдник								
2008	10	ПЕЧЕНЬЕ	60	2,1	2,8	21	118	0
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	1		14,6	62	344
Итого			160	3,1	2,8	35,6	180	344
Ужин								
к/к	23	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	40	0,2		0,5	3	0,3
к/к	24	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	160	6,5	6,2	7,5	114	3,1
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8,5	35	0
Итого			370	8,9	6,4	30,3	219	3,4
Всего				44	37,9	187,7	1278	364,02

Модестова О.Б.

Руденко О.В.