

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

/Гриднева Е.В./

МЕНЮ

10 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	160	1,6	9,7	6,3	117	0,3
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	165	3	3,1	12,2	87	0,5
Итого			345	6,2	13	28,3	252	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5		7,4	31	173,9
Итого			100	0,5		7,4	31	173,9
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	60	1	4,1	7,1	69	9,2
2008	116	СУП-ХАРЧО НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,2	2,6	10,5	72	3,5
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	175	11,4	18	17,4	276	8,8
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,8	36	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,4	0,2	17	78	44,4
Итого			605	17,4	25,3	72,6	598	65,9
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	113	3,7	2,7	6	67	0,8
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,5	3,2		39	0,1
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
Итого			144	7,8	6,1	15,8	154	0,9
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	3,8	3,6	52	2,5
	27	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	8,6	11,8	5,5	160	0,3
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,8	36	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		7,4	30	0
Итого			400	10,8	15,8	23,3	278	2,8
Всего				42,7	60,2	147,4	1313	244,3

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,