

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 сентября 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	5,9	14,1	128	0,2
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,7	2,7	10,9	79	0,2
Итого			330	8,5	8,8	34,8	255	0,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1		14,6	62	344
Итого			200	1		14,6	62	344
Обед								
2008		МОРКОВЬ С САХАРОМ	50	0,5	1	3,8	27	2
2008	89	РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180/12	2,5	2	11,4	74	5,1
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	10,6	16,2	28,6	304	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			12,8	51	0
Итого			612	18,3	19,8	84,1	595	8,7
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	127	4,2	3,1	6,8	75	0,9
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	5	11,4	30,1	242	0,2
Итого			177	9,2	14,5	36,9	317	1,1
Ужин								
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	8,7	2,5	2,1	65	0,5
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110		6,6	0,1	59	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	33	0,4
Итого			380	10,9	9,3	24	224	0,9
Всего				47,9	52,4	194,4	1453	355,1

 Модестова О.Б.

 Руденко О.В.,