

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	145	3,8	5,2	15,8	125	0,4
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
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	2,3	2,5	9,4	68	0,4
Итого			330	7,8	12	35,1	278	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1		14,6	62	344
Итого			200	1		14,6	62	344
Обед								
2008	15	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	40	0,5	1	5	31	1,1
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/0/3	1,7	1,4	7,6	50	9,8
2008	264	ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	60	5,6	8,1	1,8	102	0,6
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110		2,5		23	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	3,6	0,4	24,2	117	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,8	36	0
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	150	0,6		10,6	46	0,2
Итого			598	13,3	13,6	56	405	11,7
Полдник								
2008	435	КЕФИР	126	3,8	0,1	5	39	1,26
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ	55	3,8	5,9	21,1	153	1,9
Итого			181	7,6	6	26,1	192	3,16
Ужин								
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	4,5	7,6	2,5	102	3,2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,8	3,4	17	110	8,1
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,8	36	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1		8	33	0,4
Итого			340	8,7	11,2	34,3	281	11,7
Всего				38,4	42,8	166,1	1218	371,36

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Цена 179 руб.