

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

Гриднева Е.В./

МЕНЮ

11 января 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	4,3	5,6	16,6	134	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
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	2,8	2,9	10,1	77	0,5
Итого			330	8,8	12,8	36,6	296	1
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	50	0,1	0,1	2,5	12	2,6
Итого			50	0,1	0,1	2,5	12	2,6
Обед								
2008	15	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	40	0,6	0,8	5	29	1,4
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/0/3	1,5	1,1	7,2	45	9,1
2008	264	ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	60	6,1	7,8	1,7	102	0,5
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110		2		19	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,7	0,3	18,4	89	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,5	35	0
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1		9,2	39	1,3
Итого			603	12,3	12,2	48	358	12,3
Полдник								
2008	435	КЕФИР	140	4,2	0,1	5,6	43	1,4
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ	55	3,5	5	20,6	141	1,8
Итого			195	7,7	5,1	26,2	184	3,2
Ужин								
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	5,3	6,8	2,4	99	3,9
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,5	3	16,1	102	7,7
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,5	35	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1		8	33	0,4
Итого			340	9,2	10	33	269	12
Всего				38,1	40,2	146,3	1119	31,1

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В.,