

МБДОУ "Детский сад
"Детский сад
№ 355"
г.о. Самара

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

МЕИЮ

14 марта 2024 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	2	3,1	7,2	64	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	165	2,9	3	12	85	0,5
Итого			350	6,6	10,4	29,1	234	0,9
II Завтрак								
2008	11	БАНАН	66	0,7	0,2	9	42	4,7
Итого			66	0,7	0,2	9	42	4,7
Обед								
2008	16	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	25	0,5		1	6	1,5
2008	116	СУП-ХАРЧО НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,3	1,1	11	60	3,5
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	145	7,3	10,7	17,1	195	8,8
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	14	68	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,8	36	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	16,2	78	60
Итого			540	13	12,4	66,1	443	73,8
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	126	4,2	3,1	6,7	75	0,9
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,4	4,3		52	0,1
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
Итого			161	9,2	7,6	16,5	175	1
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	3,7	3,5	51	2,2
2008	27	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	110	10,6	7,4	6,3	136	0,6
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,8	36	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		5,8	24	0
Итого			360	12,8	11,3	22,4	247	2,8
Всего				42,3	41,9	143,1	1141	83,2

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,