

Утверждаю

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

15 марта 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	145	4,5	5,9	16,2	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
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3	3,2	9,7	79	0,5
Итого			330	9,2	13,4	35,8	298	1
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	1		25,4	110	8
Итого			200	1		25,4	110	8
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0,3	1,7	1,1	22	6,7
2008	75	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180/0/5	1,2	1,6	5,3	40	5,8
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	60	5	4,9	1,8	71	0
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3,1	3,1	22	129	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,2	13,6	66	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	13,4	71	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			7,2	29	0
Итого			615	14,2	11,8	64,4	428	12,5
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	150	4,3	3,7	6,1	79	1,2
	21	ПЛЮШКА	55	4,2	6	30,6	193	0,1
Итого			205	8,5	9,7	36,7	272	1,3
Ужин								
к/к	23	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	40	1,3	0,1	2,5	16	1,6
к/к	24	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	160	8,7	8,2	10,7	157	3,8
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,2	13,6	66	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1		8	33	0,5
Итого			370	12,1	8,5	34,8	272	5,9
Всего				45	43,4	197,1	1380	28,7

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В.,