

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	160	3,1	4,3	7,9	82	0,6
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	3,3	3,4	12,5	92	0,6
Итого			350	8,1	12	30,3	259	1,2
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	100	0,2	0,2	5,8	27	5,9
Итого			100	0,2	0,2	5,8	27	5,9
Обед								
2008	16	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,8		1,6	10	2,4
2008	116	СУП-ХАРЧО НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,4	1,2	10,9	60	3,4
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	175	6,9	10,2	16,8	188	8,6
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,2	13,2	64	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,7	36	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,4	0,2	16,1	76	51,2
Итого			585	12,8	12	65,3	434	65,6
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	140	4,8	3,5	7,7	85	0,95
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	14	4,1	5,2		63	0,1
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,5	46	0
Итого			174	10,5	8,9	17,2	194	1,05
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,7	3,5	3,1	46	1,7
	27	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	11,5	9	6,1	152	0,4
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,7	36	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		6,3	26	0
Итого			400	13,6	12,7	22,2	260	2,1
Всего				45,2	45,8	140,8	1174	75,85

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В.,

179.00