

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение "Детский сад № 365" г.о. Самара

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	4,02	5,26	15,73	125,29	0,50
2008	1	БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,13	0,05	37,35	0,00
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	99	2,72	2,88	9,89	75,31	0,48
Итого			269	8,39	12,47	35,49	285,55	0,98
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	48	0,16	0,16	4,05	18,59	1,70
Итого			48	0,16	0,16	4,05	18,59	1,70
Обед								
2008	15	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	40	0,64	1,02	7,47	42,31	1,40
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	1,86	1,50	8,84	56,63	11,36
2008	264	ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	37	4,31	7,98	2,55	99,32	0,88
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	84	0,01	2,30	0,02	20,81	0,00
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,12	0,44	27,60	133,60	0,00
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	6,84	36,20	0,00
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	150	0,64	0,04	10,74	46,38	0,20
Итого			551	12,90	13,46	64,06	435,25	13,84
Полдник								
2008	435	КЕФИР	118	3,35	2,88	4,62	61,15	0,81
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ	55	4,42	5,99	25,22	171,87	1,77
Итого			173	7,77	8,87	29,84	233,02	2,58
Ужин								
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	34	3,54	7,80	2,80	99,18	2,60
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,78	2,76	18,17	108,50	8,76
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	6,84	36,20	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,14	0,00	8,07	33,57	0,72
Итого			334	7,78	10,74	35,88	277,45	12,08
Всего				37,00	45,70	169,32	1 249,86	31,18

Руденко О.В.,