

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	130	4,6	6	17,6	145	0,3
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,6	2,3	0,2	32	0
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3,4	3,5	11,9	93	0,3
Итого			330	12,2	12	39,5	318	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	0,5	1,7	3,3	31	1,6
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/0/3	3	3	19,5	117	6,7
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	60/20	8,6	11,1	2	143	0,3
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	4,8	5	21,7	151	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,8	0,2	12,3	59	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,3	0,3	12,2	64	0
2008	411	КИСЕЛЬ	150			12,9	51	0
Итого			633	21	21,3	83,9	616	8,6
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	150	5,1	3,8	8,3	92	1,03
	19	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	55	4,1	5,6	30,2	187	0,1
Итого			205	9,2	9,4	38,5	279	1,13
Ужин								
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	8,5	2,2	2,6	64	0,9
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,3	0,5	18,3	87	16,62
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,8	0,2	12,3	59	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		8,2	34	0,8
Итого			380	12,7	2,9	41,4	244	18,32
Всего				56,1	45,8	223,5	1543	32,65

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В.,

149-00