

Утверждаю

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

МЕНЮ

17 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	4,5	6,1	15,5	135	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
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,4	3,6	10	85	0,6
Итого			345	9,6	14	35,4	305	1,2
II Завтрак								
2008		АПЕЛЬСИН	40	0,4	0,1	3,8	19	28
Итого			40	0,4	0,1	3,8	19	28
Обед								
2008	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,1		0,4	3	1,8
2008	93	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	2	1,9	11,9	72	3,6
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ	70	4,5	3,7	0,7	53	0,3
2008	141	РАГУ ОВОЩНОЕ	120	2,4	8	12,2	130	15,6
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,2	13,6	66	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,3	12,7	67	0
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЛИМОНА	150			8,3	34	0,6
Итого			620	13,5	14,1	59,8	425	21,9
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	150	2,7	2	4,1	65	0,9
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	55	3,9	6,4	28,2	186	0
Итого			205	6,6	8,4	32,3	251	0,9
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	130	8,8	7,4	15,3	166	0,1
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	40	1	2,9	4,3	48	0,1
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,2	13,6	66	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,7	1,7	6,9	50	0,3
Итого			340	13,5	12,2	40,1	330	0,5
Всего				43,6	48,8	171,4	1330	52,5

_____ Кочемалкина Е.П.

_____ Руденко О.В.,

149-00