

Утверждаю

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

МЕНЮ

18 января 2024 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	2,2	5,6	4,6	77	0,4
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	3,1	3,2	12,4	89	0,6
Итого			350	7	13,1	26,9	251	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1		14,6	62	344
Итого			200	1		14,6	62	344
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	2,7	3,2	40	6,9
2008	116	СУП-ХАРЧО НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,3	1,3	11,2	62	3,5
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	175	7,7	11,5	17,4	204	8,8
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,1	0,3	20,5	99	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,8	36	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	16,4	79	60,6
Итого			595	14,6	16,2	75,5	520	79,8
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	120	4	2,9	6,4	71	0,8
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	13	2,9	3,6		44	0,1
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
Итого			153	8,5	6,7	16,2	163	0,9
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	3,8	3,5	51	2,2
	27	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	10,2	6,4	4,8	117	0,4
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,8	36	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		5,8	24	0
Итого			400	12,4	10,4	20,9	228	2,6
Всего				43,5	46,4	154,1	1224	428,3

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Цена 179 руб.