

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара
Гриднева Е.В.**МЕНЮ**
18 августа 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	142	3,2	4,6	19	131	0,4
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,1	2,2	7,9	59	0,3
Итого			332	6,9	7	36,7	238	0,7
II Завтрак								
2008		БАНАН	75	0,8	0,3	10,1	47	5,2
Итого			75	0,8	0,3	10,1	47	5,2
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	60	1	3,1	5,9	56	9,2
2008	114	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/0/2	1,5	2,4	9,4	66	4,4
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	5,6	7,9	3	106	1,3
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	1,9	3,7	15,5	104	7,9
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	10,3	54	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	160	0,5	0,2	15,7	76	59,3
Итого			642	14,6	17,8	73,6	529	82,1
Полдник								
2008	18	СНЕЖОК	123	3,3	3	5,4	67	0,8
2008	451	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	55	4,4	9,1	36,6	245	0,2
Итого			178	7,7	12,1	42	312	1
Ужин								
1988 г	55	ЛАКОМКА	130	10,7	9,3	10,7	171	0,1
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	1,1	3,6	4,6	56	0,1
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,3	2,5	9	67	0,4
Итого			400	16,2	15,6	38,1	361	0,6
Всего				46,2	52,8	200,5	1487	89,6

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,