



Утверждаю
Заведующий
МБДОУ «Детский сад № 365» г.о. Самара
Гриднева Е.В./

МЕНЮ

18 октября 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	145	4,3	5,7	15,8	130	0,5
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	160	2,8	3	9,4	75	0,5
Итого			330	8,8	13	35,1	290	1
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	1		25,4	110	8
Итого			200	1		25,4	110	8
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0,3	2	0,8	23	4,9
2008	75	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180/0/5	1,2	1,6	5	39	5,7
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	60	6,1	5,6	1,5	82	0
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3,2	3,5	22,8	136	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	13,7	72	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			7,2	29	0
Итого			615	15,5	13,3	64,8	448	10,6
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	123	3,6	3,1	5	65	0,98
	21	ПЛЮШКА	55	4,7	7,5	31,1	209	0,2
Итого			178	8,3	10,6	36,1	274	1,18
Ужин								
к/к	23	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	20	0,4		0,8	5	0,5
к/к	24	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	160	6,2	6,6	8,5	121	3,2
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1		8	33	0,5
Итого			350	8,8	6,8	31,1	226	4,2
Всего				42,4	43,7	192,5	1348	24,98

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,