

Утверждаю

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

МЕНЮ

18 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	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	145	4,5	5,9	16,3	135	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	3	3,2	9,7	79	0,5
Итого			330	9,2	13,4	35,9	299	1
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	180	1		25,4	110	8
Итого			180	1		25,4	110	8
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0,3	1,5	1	19	5,3
2008	75	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180/0/5	1,2	1,6	5,1	39	5,8
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	60	5,6	5,4	1,8	78	0
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,8	3	20,2	120	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,9	0,2	12,4	60	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,2	0,3	11,5	61	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			7,2	29	0
Итого			615	14	12	59,2	406	11,1
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	140	4	3,5	5,7	74	1,12
	21	ПЛЮШКА	55	4,5	6	31,1	197	0,1
2008	11	БАНАН	100	0,8	0,3	10,6	49	5,5
Итого			295	9,3	9,8	47,4	320	6,72
Ужин								
к/к	23	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	40	0,3		0,7	4	0,4
к/к	24	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	160	6,7	6,1	7,8	115	3,3
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,9	0,2	12,4	60	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1		8	33	0,6
Итого			370	9	6,3	28,9	212	4,3
Всего				42,5	41,5	196,8	1347	31,12

_____ Кочемалкина Е.П.

_____ Руденко О.В., 14900