

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара
Гриднева Е.В./**МЕНЮ**
19 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	160	1,8	2,9	4	49	0,4
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	165	2,7	2,7	11,7	81	0,5
Итого			345	6,1	5,8	25,5	178	0,9
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	67	0,2	0,2	5,8	27	5,9
Итого			67	0,2	0,2	5,8	27	5,9
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	2,6	3,2	39	6,5
2008	116	СУП-ХАРЧО НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,3	1,3	10,9	61	3,5
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	175	8	11,6	17,4	207	8,9
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	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	16,3	79	60,7
Итого			585	13,9	16,1	68,4	489	79,6
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	123	4,1	3	6,6	73	0,8
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,4	4,3		53	0,1
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
Итого			158	9,1	7,5	16,4	174	0,9
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	3,7	3,3	49	2,1
	27	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	9,4	7,1	6,2	127	0,4
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,8	36	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		5,7	23	0
Итого			400	11,6	11	22	235	2,5
Всего				40,9	40,6	138,1	1103	89,8

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Итого 179 руб