

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 февраля 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	4,3	6	13,1	125	0,2
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,2	0,1	38	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,8	2,7	11	80	0,2
Итого			335	8,8	13,1	34	291	0,4
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,6	44	9,8
Итого			100	0,4	0,4	9,6	44	9,8
Обед								
2008	28	МОРКОВЬ С САХАРОМ	40	0,5	0,6	4,6	27	1,9
2008	89	РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,8	1	12,2	65	5,1
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	10,2	12,3	26,8	261	1,5
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,9	0,2	12,5	61	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	13,7	72	0
2008	411	КИСЕЛЬ	150			13,4	54	0
Итого			590	17	14,5	83,2	540	8,5
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	150	5,2	3,8	8,4	92	1,03
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	5,1	7,1	29,7	202	0,1
Итого			200	10,3	10,9	38,1	294	1,13
Ужин								
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	10,5	3	2,1	77	0,5
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110		2,7		25	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,9	0,2	12,5	61	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1		8	33	0,7
Итого			380	12,5	5,9	22,6	196	1,2
Всего				49	44,8	187,5	1365	21,03

_____ Кочемалкина Е.П.

_____ Руденко О.В., 149-00