

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

/Гриднева Е.В./

МЕНЮ

21 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	130	4,4	8,4	17,5	166	0,2
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3,1	3,2	11,6	88	0,2
Итого			310	9,1	11,8	38,9	302	0,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	100	0,9	14	5	149	2,3
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	2,9	2,9	19,3	114	6,8
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	60/20	8,9	11,8	2	151	0,4
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	4,9	4,9	21,9	151	0
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	411	КИСЕЛЬ	150			13,5	54	0
Итого			680	21,7	34,1	85,8	740	9,5
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	137	4,5	3,3	7,3	81	0,9
	19	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	55	4,4	7,6	29,6	202	0,2
Итого			192	8,9	10,9	36,9	283	1,1
Ужин								
2008	2	ЯБЛОКО	44	0,2	0,2	3,8	18	3,9
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	8,6	2,7	2,5	70	0,9
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,3	0,5	18,3	87	16,62
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		8,1	33	0,6
Итого			424	13,3	3,6	46,5	275	22,02
Всего				54	60,6	228,3	1686	37,02


 Модестова О.Б.


 Руденко О.В.,