

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара
/Гриднева Е.В./**МЕНЮ**
21 сентября 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	2	3,1	7,2	64	0,4
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	165	2,9	2,9	12	84	0,5
Итого			345	6,5	6,2	29	196	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	130	0,7		9,5	40	223,6
Итого			130	0,7		9,5	40	223,6
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	60	0,9	3,8	5,6	61	8,6
2008	116	СУП-ХАРЧО НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,3	1,3	11	61	3,5
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	175	7,8	11,5	17,1	204	8,8
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1	0,1	5,1	27	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,4	0,1	13,2	62	41,5
Итого			600	13,5	17	65,8	482	62,4
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	124	4,1	3	6,6	73	0,8
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	14	3,3	4,1		50	0,1
Итого			158	9	7,3	16,4	171	0,9
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	3,7	3,3	50	2,1
	27	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	9,4	7,4	6,4	130	0,5
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1	0,1	5,1	27	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		5,2	21	0
Итого			395	11,3	11,2	20	228	2,6
Всего				41	41,7	140,7	1117	290,4

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,