

Утверждаю

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

22 марта 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	145	4,4	5,8	17,5	139	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
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	2,9	3,1	10,3	80	0,5
Итого			330	9	13,2	37,7	304	1
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	100	0,2	0,2	5,3	24	5,4
Итого			100	0,2	0,2	5,3	24	5,4
Обед								
2008	15	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	40	0,6	0,8	5,2	31	1,4
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/0/3	1,6	1,2	7,4	47	9,1
2008	264	ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	60	6,2	7,8	1,9	103	0,6
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110		2,2		21	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,1	0,4	27,4	133	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,7	36	0
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	150	0,6		9,9	43	0,2
Итого			603	14,4	12,6	58,5	414	11,3
Полдник								
2008	435	КЕФИР	150	4,5	0,2	6	47	1,5
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ	55	3,7	4,9	19,6	137	1,7
Итого			205	8,2	5,1	25,6	184	3,2
Ужин								
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	5,5	7,2	2,7	104	4,2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,3	2,7	15,4	95	7,5
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,7	36	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1		8,2	34	0,4
Итого			340	9,2	10,1	33	269	12,1
Всего				41	41,2	160,1	1195	33

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В., 179-00