

Утверждаю


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

МЕНЮ

25 мая 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	4,2	52	0,4
2008	1	БАТОН	20	1,5	0,2	9	44	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,1	0,1	37	0
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	165	2,8	2,9	12	84	0,5
Итого			350	6,4	10,3	25,3	217	0,9
II Завтрак								
2008	11	БАНАН	60	0,7	0,2	8,7	40	4,5
Итого			60	0,7	0,2	8,7	40	4,5
Обед								
2008	16	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,7		1,5	10	2,4
2008	116	СУП-ХАРЧО НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,4	1,4	11,1	63	3,5
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	175	7,1	11,3	17,2	199	8,8
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,6	0,2	10,9	53	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	5,8	31	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,4	0,2	14,6	69	47,4
Итого			585	12,3	13,3	61,1	425	62,1
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	127	4,3	3,2	7	77	0,87
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	14	3,2	4,1		50	0,1
2008	1	БАТОН	20	1,5	0,2	9	44	0
Итого			161	9	7,5	16	171	0,97
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,7	3,8	3,1	49	1,8
	27	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	11,2	13,2	5,3	185	0,3
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	5,8	31	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		5,8	24	0
Итого			400	13,1	17,2	20	289	2,1
Всего				41,5	48,5	131,1	1142	70,57

Модестова О.Б.

Руденко О.В.