

Утверждаю

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

МЕНЮ

25 января 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	4,3	5,7	16,5	134	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	2,8	3	10,1	77	0,5
Итого			330	8,8	13	36,5	296	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1		14,6	62	344
Итого			200	1		14,6	62	344
Обед								
2008	15	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	40	0,6	1	5,6	35	1,4
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/0/3	1,7	1,5	7,6	51	9,6
2008	264	ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	60	7,3	9,4	2,2	123	0,6
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110		2,4		22	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4	0,4	26,9	130	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,8	36	0
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	150	0,6		11,8	51	0,2
Итого			603	15,5	14,9	60,9	448	11,8
Полдник								
2008	435	КЕФИР	160	4,8	0,2	6,4	50	1,61
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ	55	3,2	5,3	20,3	142	1,6
2008	2	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	10,2	47	10,4
Итого			310	8,4	5,9	36,9	239	13,61
Ужин								
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	5,5	8	2,8	111	4,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,2	2,9	15,3	95	7,5
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,8	36	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1		10,7	43	0,4
Итого			340	9,1	11,1	35,6	285	12
Всего				42,8	44,9	184,5	1330	382,41

_____ Кочемалкина Е.П.

_____ Руденко О.В.,