Утверждаю

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

МЕНЮ

26 сентября 2023 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	4,7	9,8	3,3	120	0,4
2008	8	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,8	3,6	3,1	48	2,8
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,2	0,1	38	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,8	8,8	70	0,4
Итого			**355**	**9,8**	**20,6**	**25,1**	**324**	**3,6**
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1		14,6	62	344
Итого			**200**	**1**		**14,6**	**62**	**344**
Обед								
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	1,1	1,9	2,5	31	3,7
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,8	1,3	7,9	50	2,8
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	165	10	12,1	24	246	12,1
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,5	0,2	10,4	50	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	13,7	72	0
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1		9,5	40	1,5
Итого			**590**	**17,1**	**15,9**	**68**	**489**	**20,1**
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	165	4,8	4,1	6,7	87	1,32
2008	10	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
2008		БАНАН	60	0,6	0,2	7,8	36	4,1
Итого			**275**	**9,2**	**9,2**	**51,7**	**332**	**5,42**
Ужин								
2008	258	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	130	12,5	10,6	13,5	202	0,8
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	40	0,8	2,5	5,3	47	0,1
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,2	2,3	7,7	59	0,4
Итого			**340**	**17,6**	**15,6**	**40,3**	**375**	**1,3**
Всего				**54,7**	**61,3**	**199,7**	**1582**	**374,42**

_____ Модестова О.Б.

_____ Руденко О.В.,