

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара
Гриднева Е.В./**МЕНЮ**
28 декабря 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	1,9	5,3	4,2	72	0,4
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
2008	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	165	2,8	2,9	11,9	83	0,5
Итого			350	6,4	12,5	26	240	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1		14,6	62	344
Итого			200	1		14,6	62	344
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	2,7	3,2	41	6,9
2008	116	СУП-ХАРЧО НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,3	1,3	10,9	61	3,5
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	175	7,1	11,1	17,3	198	8,8
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,1	0,3	20,7	100	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,8	36	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	15,6	74	55,1
Итого			595	14	15,8	74,5	510	74,3
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	107	3,6	2,6	5,8	64	0,7
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	14	3,3	4,2		51	0,1
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	10	48	0
Итого			141	8,5	7	15,8	163	0,8
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	3,9	3,8	53	2,3
2008	27	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	10,1	7,1	5,6	127	0,4
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,8	36	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		5,6	23	0
Итого			400	12,3	11,2	21,8	239	2,7
Всего				42,2	46,5	152,7	1214	422,7

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,