

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 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	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	145	5,1	6,6	17,9	150	0,6
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	433	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,6	3,9	10,5	90	0,6
Итого			330	10,4	14,8	38,3	325	1,2
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	100	0,3	0,3	8,1	37	8,3
Итого			100	0,3	0,3	8,1	37	8,3
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0,3	1,5	1	20	5,7
2008	75	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180/0/5	1,2	1,5	5,1	39	5,7
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	60	5,1	5	1,6	71	0
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3,2	3,1	23,1	133	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	13,4	71	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			7,2	29	0
Итого			615	14,5	11,6	65,2	430	11,4
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	150	4,3	3,7	6,1	79	1,2
	21	ПЛЮШКА	55	4,9	6,5	31,7	204	0,2
Итого			205	9,2	10,2	37,8	283	1,4
Ужин								
к/к	23	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	30	0,5		1	6	0,6
к/к	24	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	160	8,8	8,6	11,5	163	3,5
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1		8	33	0,6
Итого			360	11,5	8,8	34,3	269	4,7
Всего				45,9	45,7	183,7	1344	27

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В.,

179-00