

Утверждаю

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

29 сентября 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	142	3,6	5,1	18,9	137	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	433	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,5	2,6	8,6	68	0,4
Итого			337	7,8	12	37,4	290	0,8
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	2,6	3,1	39	6,4
2008	114	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/0/5	1,5	1,4	10,3	60	4,9
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	7	9,8	3,9	132	1,4
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,1	2	17,4	97	8,8
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	13,7	72	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	160	0,5	0,2	16,1	78	60
Итого			635	16,5	16,6	78,3	545	81,5
Полдник								
2008	18	СНЕЖОК	123	3,4	3	5,4	68	0,8
2008	451	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	55	4,4	7,2	29,1	199	0,2
2008	2	ЯБЛОКО	78	0,3	0,3	6,8	31	6,9
Итого			256	8,1	10,5	41,3	298	7,9
Ужин								
1988 г	55	ЛАКОМКА	130	11,6	8,9	15,1	189	0,1
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	1,1	2,8	5,9	53	0,1
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,9	2	8,6	60	0,4
Итого			400	16,7	13,9	43,4	369	0,6
Всего				50,1	53	215	1564	434,8


 Модестова О.Б.


 Руденко О.В.,