

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 379»  
«Детский сад № 379»  
г.о. Самара

А.В. Борщук

**Меню**  
23 октября 2023г.

**ЯСЛИ 12 ЧАСОВ**

ст 179 00

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
	205	Макаронные изделия с маслом	130/5	6.68	4.36	27.25	203.4	0
		Батон с маслом	15/5	1.23	5.78	17.31	112.0	0
		Чай с молоком	180	2.7	2.9	9.7	94.0	0.03
	213	Яйцо вареное	20	2.6	2.3	0.2	32	0
Итого			350					
<b>II Завтрак</b>								
		Напиток из шиповника	80	0.6	0.3	22.0		92.7
Итого								
<b>Обед</b>								
	93	Икра кабачковая	30	0.6	2.36	3.86	39.0	4.8
	28	Борщ на к/бульоне	150	1.9	4.95	11.95	100.0	6.83
	305	Котлета из мяса птицы	60	12.0	12.32	10.08	200.0	0
	54	Картофельное пюре	120	3.06	4.8	20.44	137.0	14.06
	376	Компот их сухофруктов	150	0.4	0.02	24.99	102.0	0.36
		Хлеб пшеничный	15	1.5	0.1	10.0	47.4	0
		Хлеб ржаной	24	3.1	0.4	19.7	95.0	0
Итого								
<b>Полдник</b>								
	139	Пирожок с капустой	60	6.5	9.90	30.7	249.1	1.31
		Чай с сахаром	150			9.7	21.7	
Итого			210					
<b>Ужин</b>								
	165	Каша пшеничная молочная	200	9.95	9.67	40.15	287.4	2.4
	395	Кофейный напиток на молоке	180	1.5	1.3	22.4	106.8	1.17
		Хлеб пшеничный	20	1.5	0.1	10.0	47.4	0
Итого			400					
Всего								

Медсестра \_\_\_\_\_

*А.В. Борщук*

Утверждаю  
Заведующий МБ ДОУ «Детский сад № 379»

/А.В.Борщук

## Меню

23 октября 2023г.

САД 12 ЧАСОВ

с/т 179 00

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
	205	Макаронные изделия с маслом	160/5	6.68	4.36	27.25	203.4	0
		Батон с маслом	30/5	1.23	5.78	17.31	120.0	0
		Чай с молоком	180	2.7	2.9	9.7	94.0	0.03
	213	Яйцо вареное	20	2.6	2.3	0.2	32	0
Итого			400					
<b>II Завтрак</b>								
		Напиток из шиповника	80	0.6	0.3	22.0		92.7
Итого								
<b>Обед</b>								
	93	Икра кабачковая	40	0.6	2.36	3.86	39.0	4.8
	28	Борщ на к/ бульоне	200	1.9	4.95	11.95	100.0	6.83
	305	Котлета из мяса птицы	70	12.0	12.32	10.08	200.0	0
	54	Картофельное пюре	130	3.06	4.8	20.44	137.0	14.06
	376	Компот их сухофруктов	150	0.4	0.02	24.99	102.0	0.36
		Хлеб пшеничный	15	1.5	0.1	10.0	47.4	0
		Хлеб ржаной	24	3.1	0.4	19.7	95.0	0
Итого								
<b>Полдник</b>								
	139	Пирожок с капустой	80	6.5	9.90	30.7	249.1	1.31
		Чай с сахаром	180			9.7	21.7	
Итого			260					
<b>Ужин</b>								
	165	Каша пшеничная молочная	220	9.95	9.67	40.15	287.4	2.4
	395	Кофейный напиток на молоке	200	1.5	1.3	22.4	106.8	1.17
		Хлеб пшеничный	30	1.5	0.1	10.0	47.4	0
Итого			450					
Всего								

Медсестра

*Л. Борщук*