

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад общеразвивающего вида №350" городского округа Самара

Заведующий

Баландина О.В./

МЕНЮ

1 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	7,8	17,2	2,1	194	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	22	0,4		2,3	11	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/5/7	2,9	7,6	9,1	117	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	199	5,7	6,2	13,3	133	1
Итого			363	16,8	31	26,8	455	1,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	80	0,5	0,1	10	43	2
Итого			80	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	26	0,2	1,2	2,1	21	0,8
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/6	4,7	3,9	13,2	109	14
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	58	7,5	8,3	6,2	130	0,4
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	115	2,4	2,9	19,9	116	10,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			3,6	15	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,3	15,4	74	0
Итого			541	17,2	16,6	60,4	465	25,3
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	45	3,7	6,1	15,2	130	4,31
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	114	3,3	2,8	4,8	61	0,3
Итого			159	7	8,9	20	191	4,61
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	69/5	5,7	4,4	14,9	123	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,7	0,2	17,7	83	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,4	31	2,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		4	17	0,04
Итого			358	8,9	4,9	43	254	2,84
Всего				50,4	61,5	160,2	1408	36,35

Стоимость меню 179 рублей