

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад общеразвивающего вида №350" городского округа Самара
/Баландина О.В./

МЕНЮ

2 февраля 2023 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	3,9	6,4	20,2	155	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	35/6/5	1,7	5,4	16,4	122	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,6	2,8	9,9	76	0,53
Итого			366	8,2	14,6	46,5	353	1,03
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	50	0,2	0,2	4,8	23	2
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	84	0,5	0,1	10	44	2
Итого			134	0,7	0,3	14,8	67	4
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	35	0,3	1,4	1,2	20	5,7
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/8	3,4	3,8	12,4	100	5,8
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	55	8,3	10,1	5,8	146	0,5
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	96	9,5	3	19,9	145	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6,5	27	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,6	85	0
Итого			535	24,2	18,7	63,4	523	12,4
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	55	5,1	6,1	26,8	183	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	103	2,9	2,5	4	53	0,3
Итого			158	8	8,6	30,8	236	0,3
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	31	6	2,5	3,8	61	0,3
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	126	2,1	3	13,1	89	7,1
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	170	0,2	0,1	7,3	32	37,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
Итого			347	9,8	5,7	33,9	228	44,6
Всего				50,9	47,9	189,4	1407	62,33

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: *slaf*

Моисеева Т.А.