

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

2 марта 2023 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	3,7	5,3	18	136	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	35/4/5	1,9	4	16,9	111	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,6	2,7	9,2	72	0,43
Итого			364	8,2	12	44,1	319	0,93
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	53	0,2	0,2	5	24	2,1
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	80	0,5	0,1	10	44	2
Итого			133	0,7	0,3	15	68	4,1
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	30	0,2	2	1	24	4,8
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/8	3,5	4,2	13,1	108	5,8
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	46	7,7	8,9	4,5	128	0,4
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	101	10,2	2,3	21,3	147	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			5,9	24	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,5	80	0
Итого			524	24,2	17,7	62,3	511	11,4
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	48	4,1	5,3	25,2	163	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	99	2,8	2,4	3,9	51	0,3
Итого			147	6,9	7,7	29,1	214	0,3
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	31	5,2	1,8	3,5	51	0,6
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	121	2,2	2,2	14,2	86	7,2
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	170	0,2	0,1	8,2	35	39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
Итого			342	9,1	4,2	35,6	218	46,8
Всего				49,1	41,9	186,1	1330	63,53

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.