

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

3 марта 2023 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	83	6,5	12,6	1,8	147	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	21	0,4		2,2	10	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/5/7	3,1	5,6	10,3	105	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	178	5	5,5	12,4	121	0,9
Итого			324	15	23,7	26,7	383	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	76	0,5	0,1	10	43	2
Итого			76	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	25	0,2	1,2	2,1	21	0,8
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/6	4,3	4	10,6	97	9,9
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	56	8	8,9	3,3	125	0,3
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	94	1,9	2,8	16,1	98	8,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			3,6	15	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			516	16,7	17,2	50,5	427	19,3
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	45	3,7	6,1	15,2	130	4,31
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	122	3,6	3,1	5,1	66	0,4
Итого			167	7,3	9,2	20,3	196	4,71
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	80/5	6,2	5,1	15,4	132	0,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,4	78	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	69	0,3	0,3	6,5	31	2,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		3,9	16	0,02
Итого			368	9,1	5,6	42,2	257	2,92
Всего				48,6	55,8	149,7	1306	30,43

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.