

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

3 ноября 2022 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическ ая ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	4,3	4,5	19,6	138	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	42/7/6	2,4	4,6	20,3	132	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,2	5,5	14,6	131	0,9
Итого			365	11,9	14,6	54,5	401	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	77	0,5	0,1	10	44	2,04
Итого			77	0,5	0,1	10	44	2,04
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	30	0,3	1,1	2,5	22	0,8
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	150/6	4,9	4,4	13,7	114	4,3
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	1,9	2,9	20,6	117	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	35/6	8,6	10	1,7	134	1,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			5,3	22	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,3	15,1	73	0
Итого			533	18,1	18,7	58,9	482	6,3
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	54	3,4	3,9	18,6	123	1,59
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	118	3,3	2,8	4,6	61	0,3
Итого			172	6,7	6,7	23,2	184	1,89
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	96	9,8	5,9	3,2	106	1,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,4	0,1	8,9	42	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		4,6	19	0,03
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	51	0,2	0,2	4,8	23	2
Итого			335	11,5	6,2	21,5	190	3,83
Всего				48,7	46,3	168,1	1301	15,36

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

eluf

Моисеева Т.А.