

Утверждаю

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

МЕНЮ 5 декабря 2022 г.

Ясли 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	126/20	3,6	4,3	23,6	148	0,94
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	32/8/6	1,6	3,3	16,6	102	3,1
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	27	2,7	2,5	0,2	34	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	11	47	40,4
Итого			399	8,1	10,2	51,4	331	44,44
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	87	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	42	0,2	0,2	4,1	20	4,2
Итого			129	0,7	0,3	14,1	64	6,2
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	37	0,6	2,2	3	35	5,3
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	180/8	3,9	5	14,5	122	12,3
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ .	132	9,2	12,3	22,9	240	10,9
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			7,5	30	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,4	0,3	15,5	75	0
Итого			544	16,1	19,8	63,4	502	28,9
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	44	3,1	2,6	23,7	133	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	88	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			132	7,8	4,2	30,3	196	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	30	5,1	3	3,8	63	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	140	2,1	2,4	12,8	82	7,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,9	9,9	77	0,53
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18					0
Итого			368	9,9	8,3	26,5	222	7,83
Всего				42,6	42,8	185,7	1315	88,17

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.