

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	125/20	3,3	5,1	21,8	146	0,77
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	34/8/6	1,6	4,3	16,7	112	3,3
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	31	3,2	2,8	0,2	39	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	12	51	47,3
Итого			404	8,4	12,3	50,7	348	51,37
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	85	0,5	0,1	10	44	2,04
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	37	0,2	0,2	3,7	18	3,8
Итого			122	0,7	0,3	13,7	62	5,84
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	34	0,5	1,8	2,8	30	4,6
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	180/8	3,5	2,9	13,3	97	11
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ .	125	8,9	10,6	21,1	216	10,2
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			7,1	29	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	15	72	0
Итого			532	15,2	15,6	59,3	444	26,2
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	44	3,2	2,7	24,2	135	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	86	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			130	7,9	4,3	30,8	198	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	29	4,8	2,4	3,1	54	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	136	2,1	2,9	12,2	83	6,5
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,8	10,5	79	0,52
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18					0
Итого			363	9,6	8,1	25,8	216	7,22
Всего				41,8	40,6	180,3	1268	91,43

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.