

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

7 декабря 2022 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3	5,4	12,1	110	0,3
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	32/8	3,4	7,9	8,8	121	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	169	4,2	4,5	10,6	101	0,7
Итого			359	10,6	17,8	31,5	332	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	24	0,3	2,9	0,9	31	2,6
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	150/6	3,8	3,1	13,5	101	9,4
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	125	10,9	8,8	22,3	212	11,5
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2		9,6	40	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,6	85	0
Итого			496	17,9	15,2	63,9	469	23,5
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	46	4,2	5,1	24,2	158	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	106	3	2,5	4,3	55	0,1
Итого			152	7,2	7,6	28,5	213	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	60/8	9,6	7,2	17,9	175	0,12
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		4,5	19	0,32
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	78	0,3	0,3	7,3	35	3,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			366	13	7,7	49,2	321	3,54
Всего				49,2	48,4	183,1	1378	30,24

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:  Моисеева Т.А.