

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

8 февраля 2023 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	140	3,8	6,8	13,7	132	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	32/8	3,3	6,4	10,3	113	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,5	2,7	8,5	69	0,43
Итого			360	9,6	15,9	32,5	314	0,93
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	74	0,5	0,1	10	43	2
Итого			74	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	33	0,4	1,4	1,2	20	5,3
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	150/7/1	3,6	2,7	13,3	94	10,1
2008	265	ПЛОВ	115	10,6	8,7	23,8	216	1,7
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6,4	26	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,8	0,4	18,2	87	0
Итого			499	17,4	13,2	62,9	443	17,5
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	48	3,4	2,9	25,9	145	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	97	2,7	2,3	4	51	0,1
Итого			145	6,1	5,2	29,9	196	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	64/15	8,3	8,1	14,9	168	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	7	30	33,4
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	75	0,3	0,3	7,4	35	7,5
Итого			374	11,9	8,7	49,4	328	41
Всего				45,5	43,1	184,7	1324	61,53

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.