

Утверждаю

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



МЕНЮ

9 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	4,1	4,6	19	135	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	50/7/6	2,5	5	25	156	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,8	5,1	14,3	124	0,9
Итого			373	11,4	14,7	58,3	415	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	76	0,5	0,1	10	44	2
Итого			76	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	30	0,3	1,2	2,5	23	0,8
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	150/6	5	3,5	16,3	118	5,2
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	1,7	2,3	18,6	102	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	35/6	7,9	10,7	1,9	138	1,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			532	17,2	18	59	471	7,3
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	55	3,6	5,4	20,2	144	1,82
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	105	2,9	2,5	4,1	54	0,3
Итого			160	6,5	7,9	24,3	198	2,12
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	92	8,9	7,9	3,3	120	1,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		3,9	16	0,02
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	61	0,2	0,2	5,7	28	2,4
Итого			343	10,7	8,2	22,9	211	3,92
Всего				46,3	48,9	174,5	1339	16,74

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

М.А. Моисеева

Моисеева Т.А.