

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

9 октября 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	130/20	3,5	5,8	23	158	0,96
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	33/5/6	1,7	5,1	15,3	114	1,8
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	30	3	2,7	0,2	38	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11	47	42
Итого			404	8,5	13,7	49,5	357	44,76
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	43	0,2	0,2	4,2	20	4,3
Итого			125	0,7	0,3	14,2	64	6,3
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	35	0,5	1,5	2,8	28	5,1
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	173/8	2,5	2,9	14,2	96	12,1
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	125	8,2	11,2	22,2	225	11,2
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			7,8	32	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,6	80	0
Итого			530	13,8	15,9	63,6	461	28,9
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	43	3,1	2,6	23,3	130	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	69	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			112	7,8	4,2	29,9	193	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	28	3,9	3	5,9	66	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	143	2	3,3	12,4	89	6,9
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,9	10,5	81	0,53
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18					0
Итого			369	8,6	9,2	28,8	236	7,63
Всего				39,4	43,3	186	1311	88,39

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.