

Утверждаю

Заведующий

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

/Баландина О.В./

МЕНЮ

9 ноября 2022 г.

Ясли 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3	4,9	12,2	106	0,3
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/8	2,9	6,6	9	108	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	156	3,9	4,1	9,4	92	0,6
Итого			344	9,8	15,6	30,6	306	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	70	0,5	0,1	10	43	2,02
Итого			70	0,5	0,1	10	43	2,02
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	26	0,3	2,6	0,9	28	2,35
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	150/6	2,9	3,8	10,7	92	7,2
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	106	9,7	7,9	18,7	186	9,6
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2		8,4	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			478	15,7	14,7	55,7	423	19,15
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	46	4	5,4	23,7	160	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	92	2,6	2,2	3,8	49	0,1
Итого			138	6,6	7,6	27,5	209	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	49/8	7,4	5,7	15,7	145	0,11
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		3,8	17	0,22
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	64	0,3	0,3	5,9	29	2,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	0,2	18,8	89	0
Итого			340	10,7	6,2	44,2	280	2,83
Всего				43,3	44,2	168	1261	25

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: *clef*

Моисеева Т.А.