

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

9 декабря 2022 г.

Ясли 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическ ая ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	92	6,8	17,1	1,8	188	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	22	0,4		2,3	11	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	37/5/7	3,7	8,2	11,3	135	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	188	5,5	5,8	13,5	130	1
Итого			351	16,4	31,1	28,9	464	1,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	80	0,5	0,1	10	43	2
Итого			80	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	28	0,2	1,9	2,2	28	0,8
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/6	4,7	4,7	10,7	105	10,1
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	58	9,2	9,4	3,6	136	0,1
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	98	2	2,3	16,9	97	8,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			3,9	16	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,3	15,3	73	0
Итого			526	18,5	18,6	52,6	455	19,7
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	49	4,6	9,5	16,6	170	3,16
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	130	3,8	3,3	5,5	70	0,4
Итого			179	8,4	12,8	22,1	240	3,56
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	85/5	8,4	6,8	13,7	150	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,6	0,2	17,6	83	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	59	0,2	0,2	5,5	27	2,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		4,3	18	0,04
Итого			365	11,4	7,2	41,1	278	2,44
Всего				55,2	69,8	154,7	1480	29,3

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

акф

Моисеева Т.А.