

Утверждаю



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

МЕНЮ

10 ноября 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	3,9	6,5	20,3	157	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	33/6/5	1,8	5,4	14,4	114	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,9	10,1	78	0,53
Итого			364	8,4	14,8	44,8	349	1,03
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	48	0,2	0,2	4,6	22	1,9
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	76	0,5	0,1	10	43	2,04
Итого			124	0,7	0,3	14,6	65	3,94
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	38	0,3	1,4	1,2	20	6,1
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/8	3,2	3,8	12,2	100	5,7
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	48	7,5	9,5	4,8	133	0,4
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	106	10,5	3,1	21,9	157	0
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			543	24,3	18,2	64,7	523	12,6
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	55	5	6,2	26	179	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	100	2,8	2,4	3,9	51	0,3
Итого			155	7,8	8,6	29,9	230	0,3
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	31	6	2,5	3,9	62	0,4
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	111	1,8	3	12,2	84	6,5
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	170	0,2	0,1	7	30	33,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,3	0,1	8,3	39	0
Итого			329	9,3	5,7	31,4	215	40,3
Всего				50,5	47,6	185,4	1382	58,17

Стоимость: 179 рублей

 Ответственный: *Моисеева Т.А.* Моисеева Т.А.