

Утверждаю

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



МЕНЮ **11 сентября 2023 г.**

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	131/20	3,7	5,2	24,3	160	1,08
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	31/6/6	1,7	3,3	15,5	99	2,2
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	27	2,7	2,5	0,2	34	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,5	49	46,2
Итого			401	8,4	11,1	51,5	342	49,48
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	37	0,1	0,1	3,6	18	3,7
Итого			119	0,6	0,2	13,6	62	5,7
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	38	0,6	2,2	3,1	36	5,4
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	178/8	2,6	3	14,4	100	12,3
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ .	133	9,1	12,3	22,8	241	11,1
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150	0,1	0,1	7,8	32	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16	77	0
Итого			545	14,9	17,9	64,1	486	29,4
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	43	3,1	2,6	23,2	130	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	83	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			126	7,8	4,2	29,8	193	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	30	4,7	3	5,1	66	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	149	2	3,5	12,7	92	7,2
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3	3,1	10,3	82	0,54
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21					0
Итого			380	9,7	9,6	28,1	240	7,94
Всего				41,4	43	187,1	1323	93,32

Стоимость питания 179 рублей