

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

12 января 2023 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	3,7	4,4	19,4	132	0,2
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	47/7/6	2,4	4,4	23,7	145	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,4	3,6	11,5	93	0,6
Итого			370	9,5	12,4	54,6	370	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	74	0,5	0,1	10	44	2
Итого			74	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	33	0,4	1,5	2,7	25	0,9
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	150/6	4,2	2,8	17,2	110	5,2
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	1,9	3,7	20,3	122	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	27/7	4,3	7,8	1,5	96	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			5,5	22	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	2,3	0,3	14,5	70	0
Итого			527	13,1	16,1	61,7	445	6,9
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	56	3,8	5	21	144	2,05
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	57	1,6	1,4	2,2	29	0,2
Итого			113	5,4	6,4	23,2	173	2,25
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	112	7,4	6,7	5,8	114	3,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,4	0,1	9,3	44	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		4,5	18	0,03
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	62	0,2	0,2	5,8	28	2,5
Итого			363	9,1	7	25,4	204	6,33
Всего				37,6	42	174,9	1236	18,38

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.