

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

12 февраля 2024 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	128/20	3,6	5,2	23,7	156	0,98
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	35/4/6	1,9	4,4	16,3	113	1,8
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			400	8,5	12,2	51,7	352	48,98
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	74	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	42	0,2	0,2	4,1	20	4,2
Итого			116	0,7	0,3	14,1	64	6,2
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	37	0,6	2,2	3,1	36	5,6
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	168/8	2,4	1,9	12,7	82	11,7
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	117	9	10,8	19,7	213	9,5
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			7,6	31	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,9	86	0
Итого			522	14,8	15,3	61	448	27,3
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	45	3,2	2,7	24,4	136	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	74	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			119	7,9	4,3	31	199	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	30	4,7	3	5,2	66	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	144	2,1	3,5	12,4	91	6,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,4	0,1	9,2	43	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,1	3,2	10,4	83	0,54
Итого			373	11,3	9,8	37,2	283	7,64
Всего				43,2	41,9	195	1346	90,92

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

с.л.ф.

Моисеева Т.А.