

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

13 апреля 2023 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	4,3	6,9	20,9	164	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	35/6/5	1,8	5,4	16,3	122	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3	3,2	10,5	84	0,62
Итого			366	9,1	15,5	47,7	370	1,22
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	47	0,2	0,2	4,5	21	1,9
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	79	0,5	0,1	10	44	2
Итого			126	0,7	0,3	14,5	65	3,9
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	39	0,3	1,4	1,4	21	6,9
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/8	3,3	3,9	10,7	94	5
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	59	8,8	10,8	5,3	152	0,6
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	102	10,5	2	21,9	147	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6,5	27	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,4	79	0
Итого			547	25,5	18,4	62,2	520	12,9
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	55	4,9	6,1	27,3	184	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	104	2,9	2,5	4,1	54	0,3
Итого			159	7,8	8,6	31,4	238	0,3
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	32	6	2,5	3,5	59	0,5
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	122	2	3	12,8	87	6,8
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	170	0,2	0,1	7	30	33,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,4	0,1	9	43	0
Итого			343	9,6	5,7	32,3	219	40,7
Всего				52,7	48,5	188,1	1412	59,02

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.