

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №350"

Заведующий
городского округа Самара
/Баландина О.В./**МЕНЮ**

14 марта 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	3,3	4,9	17,6	129	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	33/5/5	1,9	4,5	15	109	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,1	2,3	8,9	66	0,43
Итого			363	7,3	11,7	41,5	304	0,83
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	41	0,2	0,2	3,9	19	1,6
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	44	2
Итого			123	0,7	0,3	13,9	63	3,6
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	34	0,3	1,5	1,1	21	5,8
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	149/8	2	1,6	12,5	77	5,5
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	43	7,9	9,3	5	136	0,4
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	101	10,3	2	21,4	144	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6,3	26	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,6	80	0
Итого			524	23,1	14,7	62,9	484	12,1
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	44	3,4	4,4	26	156	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	72	2	1,7	2,8	37	0,2
Итого			116	5,4	6,1	28,8	193	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	30	4,8	2,3	6,1	64	0,6
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	126	2,1	2,4	13,3	85	7,1
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	170	0,2	0,1	7,2	31	32
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,4	0,1	9	42	0
Итого			344	8,5	4,9	35,6	222	39,7
Всего				45	37,7	182,7	1266	56,43

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.