

Утверждаю

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

МЕНЮ

15 марта 2023 г.

Ясли 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	2,9	4,7	11,5	100	0,3
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/8	2,9	7,9	8,5	118	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	152	3,6	3,9	9,1	88	0,6
Итого			340	9,4	16,5	29,1	306	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	87	0,5	0,1	10	43	2
Итого			87	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	26	0,3	2,6	0,8	28	2,3
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	150/6	3,1	3,2	11,4	89	9
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	106	9,2	7	19,3	178	9,9
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2		8,7	36	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,3	15,4	74	0
Итого			474	15,2	13,1	55,6	405	21,2
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	42	3,6	4,1	22,3	140	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	93	2,6	2,2	3,8	49	0,1
Итого			135	6,2	6,3	26,1	189	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	48/8	7	5,5	16,8	146	0,02
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		3,7	16	0,22
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	75	0,3	0,3	6,9	33	2,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,5	0,2	16,8	79	0
Итого			346	9,9	6	44,2	274	3,14
Всего				41,2	42	165	1217	27,44

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

М.А. Моисеева

Моисеева Т.А.