

Утверждаю

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

Заведующий

Баландина О.В./

МЕНЮ

15 сентября 2023 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	84	6,4	14,8	1,6	165	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	17	0,3		1,8	8	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	34/5/7	3,1	7,1	11	122	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	163	4,7	5	12,5	115	0,8
Итого			310	14,5	26,9	26,9	410	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,5	0,1	10	43	2
Итого			81	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	29	0,3	1,4	2,3	23	0,8
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	151/6	2,4	2	12,4	80	13,1
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	48	8,1	7,9	6,4	128	0,3
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	109	2,3	3,3	18,6	113	9,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			2,8	11	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,4	79	0
Итого			532	15,7	14,9	58,9	434	23,7
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	46	4	6,9	15,1	138	4,11
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	86	2,5	2,1	3,6	46	0,3
Итого			132	6,5	9	18,7	184	4,41
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	60/5	4,7	4,2	11,3	102	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	62	0,2	0,2	5,8	28	2,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		4,6	19	0,04
Итого			347	8,1	4,6	41,2	241	2,64
Всего				45,3	55,5	155,7	1312	34,05

Стоимость питания 179 рублей