

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

17 октября 2022 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерг е- тическ ая ценно сть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	3,7	5,2	16,3	127	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	29/7	1,6	0,6	16,5	77	3,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		5,8	24	0,04
Итого			356	5,5	5,8	38,6	228	3,54
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	44	2,04
Итого			82	0,5	0,1	10	44	2,04
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	42	0,6	2,2	3,3	37	5,5
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	174/8	3,9	4	16,6	121	11,8
2008	314	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	40	5,6	7	4,7	103	0,5
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	102	3	4,2	20,1	131	0,67
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			5,3	22	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,9	86	0
Итого			568	15,9	17,8	67,9	500	18,47
Полдник								
2008	464	БУЛОЧКА "ЛЮБАВА"	46	3,9	4,8	24,4	157	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5)	87	2,5	2,2	3,6	47	0,3
Итого			133	6,4	7	28	204	0,3
Ужин								
2008	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	99	9,9	6	5,5	116	1,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	3,3	3,5	11	90	0,6
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	48	0,2	0,2	4,6	22	1,9
Итого			337	14,9	9,8	31,1	275	3,9
Всего				43,2	40,5	175,6	1251	28,25

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.