

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

18 января 2023 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	2,8	4,4	11,2	97	0,3
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	32/8	3,1	8,2	9,1	123	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,9	4,1	9,7	92	0,6
Итого			340	9,8	16,7	30	312	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	97	0,5	0,1	10	43	2
Итого			97	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	28	0,3	2,9	0,9	31	2,6
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	150/7/3	3,4	3,6	13,3	102	9,1
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	127	9,9	7,2	24,4	203	12,5
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2		9,9	41	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	18	87	0
Итого			507	16,6	14,1	66,5	464	24,2
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	42	3,6	3,8	23	140	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	134	3,8	3,3	5,4	70	0,2
Итого			176	7,4	7,1	28,4	210	0,2
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	60/8	9,8	7,5	16,1	172	0,11
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,2		4,5	19	0,24
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	83	0,3	0,3	7,7	37	3,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			371	13,3	8	47,8	320	3,55
Всего				47,6	46	182,7	1349	30,95

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.