

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

19 января 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	2,9	4,8	16,7	123	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	37/5/5	1,9	4,8	17,1	121	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,9	2	8,2	59	0,33
Итого			367	6,7	11,6	42	303	0,73
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	50	0,2	0,2	4,8	23	2
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	44	2
Итого			132	0,7	0,3	14,8	67	4
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	28	0,2	1,7	1	21	4,5
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/8	3,3	3,5	12,5	97	5,7
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	39	6,1	8	4,2	114	0,4
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	102	10,2	2,7	21,2	150	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			5,8	24	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,7	85	0
Итого			519	22,6	16,3	62,4	491	11
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	48	4	5	26,6	168	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	88	2,4	2,1	3,4	45	0,2
Итого			136	6,4	7,1	30	213	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	29	4,8	2,3	4	57	0,6
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	107	1,9	2,6	12,4	82	6
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	170	0,2	0,1	7,4	32	39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,3	0,1	8,5	40	0
Итого			324	8,2	5,1	32,3	211	45,6
Всего				44,6	40,4	181,5	1285	61,53

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.