

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №359" городского округа Самара

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

19 января 2024 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	92	7,5	15,9	1,8	179	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	22	0,4		2,3	11	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	34/5/7	3,1	6,5	12	120	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	172	5,1	5,3	12	117	0,9
Итого			332	16,1	27,7	28,1	427	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	43	2
Итого			82	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	28	0,3	1,6	2,3	25	0,8
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	144/6	2,2	2,3	11,3	77	11,5
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	47	7,6	7,6	5,9	123	0,3
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	99	2	3,6	16,8	109	8,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			3,2	13	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,2	78	0
Итого			512	14,6	15,4	55,7	425	21,3
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	47	4,2	8	15,1	149	3,6
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	93	2,7	2,3	3,9	50	0,3
Итого			140	6,9	10,3	19	199	3,9
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	67/5	5,9	4,8	14,7	125	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	67	0,3	0,3	6,3	30	2,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		3,5	15	0,03
Итого			349	8,6	5,3	39,1	239	2,73
Всего				46,7	58,8	151,9	1333	31,43

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.