

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

19 октября 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	3,8	4,4	18,2	129	0,3
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	48/7/6	2,8	5,2	23,1	151	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,5	4,7	13,4	115	0,8
Итого			371	11,1	14,3	54,7	395	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	76	0,5	0,1	10	44	2
Итого			76	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	35	0,4	1,6	2,8	28	1
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	154/6	3,1	1,8	17,7	97	5,5
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	1,9	1,7	20,8	105	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	28/7	6	8,1	2	109	1,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,9	0,4	18,4	88	0
Итого			543	14,3	13,6	66,6	446	7,6
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	52	3,4	3,1	21	125	1,74
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	88	2,5	2,1	3,4	45	0,2
Итого			140	5,9	5,2	24,4	170	1,94
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	93	6,5	6,3	4,2	101	3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		4,4	18	0,03
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	67	0,2	0,2	5,8	28	2,4
Итого			350	8,3	6,6	24,4	194	5,43
Всего				40,1	39,8	180,1	1249	18,07

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

М.А. Моисеева

Моисеева Т.А.