

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

19 декабря 2022 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	134/20	3,7	6,2	24,1	167	0,88
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	31/6/6	1,5	5,2	14,4	110	2,2
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	27	2,7	2,5	0,2	34	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	12	51	52
Итого			404	8,2	14	50,7	362	55,08
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	41	0,2	0,2	4	19	4,1
Итого			124	0,7	0,3	14	63	6,1
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	39	0,7	2,2	3,1	36	5,5
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	180/8	4,1	5,4	13,8	126	12,1
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ .	141	10,6	14,8	21,9	264	10,7
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150	0,1	0,1	7,9	33	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16	77	0
Итого			556	18	22,8	62,7	536	28,9
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	45	3,2	2,7	24,4	136	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	96	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			141	7,9	4,3	31	199	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	33	5,5	3	5,1	69	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	150	2,1	3,5	12,5	92	7
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,4	3,6	10,9	90	0,64
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					0
Итого			383	11	10,1	28,5	251	7,84
Всего				45,8	51,5	186,9	1411	98,72

Стоимость питания 179 рублей