

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

20 января 2023 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическ ая ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	81	6,9	13,7	1,5	157	0,1
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	17	0,3		1,8	8	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	29/5/7	2,7	5,6	10,3	102	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	122	3,9	4,2	9,7	93	0,7
Итого			261	13,8	23,5	23,3	360	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	43	2
Итого			83	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	26	0,3	0,8	2,1	18	0,7
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/6	3,5	3,5	12,3	97	9,8
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	44	5,8	6,2	4,4	96	0,2
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	119	2,5	2,9	20,9	120	10,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			3,2	13	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	18	87	0
Итого			537	14,9	13,8	60,9	431	21,3
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	43	3,1	4,1	13,6	104	3,47
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	97	2,8	2,4	4,1	52	0,3
Итого			140	5,9	6,5	17,7	156	3,77
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	49/5	4,6	2,9	15,7	108	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,4	0,2	15,8	75	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	59	0,2	0,2	5,6	27	2,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,4	18	0,03
Итого			325	7,3	3,3	41,5	228	2,43
Всего				42,4	47,2	153,4	1218	30,6

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.