

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

20 апреля 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	3,9	4,4	19,4	134	0,3
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	47/7/6	2,4	5	23,3	149	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,2	4,5	13,3	112	0,8
Итого			370	10,5	13,9	56	395	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	75	0,5	0,1	10	44	2
Итого			75	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	32	0,3	1,2	2,7	24	0,8
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	150/6	3,9	2,8	13,2	94	4,4
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	1,8	2,3	19,6	106	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	29/5	5,8	8,6	1,7	110	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,3	15,4	74	0
Итого			528	14,2	15,2	57,5	427	6,1
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	55	3,5	4,4	19,8	133	1,66
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	95	2,7	2,3	3,7	49	0,3
Итого			150	6,2	6,7	23,5	182	1,96
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	100	8,5	6,5	4,1	111	2,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,3	0,1	8,8	41	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		3,8	16	0,02
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	56	0,2	0,2	5,3	26	2,2
Итого			344	10,1	6,8	22	194	4,62
Всего				41,5	42,7	169	1242	15,88

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.