

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

20 октября 2022 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерг е- тическ ая ценно сть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	4	4,4	20,2	138	0,3
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	46/7/6	2,4	5	22,4	145	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,3	4,5	13	110	0,8
Итого			369	10,7	13,9	55,6	393	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	91	0,5	0,1	10	44	2,04
Итого			91	0,5	0,1	10	44	2,04
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	34	0,3	1,6	2,7	28	0,9
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	150/6	4,6	4,1	16,9	122	4,9
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2	2,9	21,3	120	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	30/6	6,2	9,1	1,6	115	1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,2	78	0
Итого			534	15,6	18	63,6	482	6,8
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	53	3,4	4,6	20,5	137	1,5
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	100	2,8	2,4	3,9	51	0,3
Итого			153	6,2	7	24,4	188	1,8
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	104	8,2	4,6	4,4	95	2,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,5	0,1	9,6	45	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		4,3	18	0,02
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	55	0,2	0,2	5,1	25	2,2
Итого			348	10	4,9	23,4	183	5,02
Всего				43	43,9	177	1290	16,76

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: *Моисеева Т.А.* Моисеева Т.А.