

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

20 ноября 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	130/20	3,6	5,1	23,4	155	0,96
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	32/5/6	1,8	3,9	15,7	104	1,8
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	30	3	2,7	0,2	38	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,2	48	44
Итого			403	8,7	11,8	50,5	345	46,76
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	85	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	40	0,2	0,2	4	19	4,1
Итого			125	0,7	0,3	14	63	6,1
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	39	0,6	1,5	3	29	5,9
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	172/8	2,5	2,3	13,4	88	12,7
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	118	8,1	10,6	20,7	213	10,3
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			7,9	32	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			527	13,8	14,8	62	444	29,4
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	43	3,1	2,6	23,3	130	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	77	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			120	7,8	4,2	29,9	193	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	29	4,2	3	5	64	0,3
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	153	2,3	3,4	13,1	92	7,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,9	3	10,7	82	0,53
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18					0
Итого			380	9,4	9,4	28,8	238	7,93
Всего				40,4	40,5	185,2	1283	90,99

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

slvl

Моисеева Т.А.