

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

20 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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	140	3,9	6,8	14,3	134	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	33/7	1,9	6,6	13,3	121	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,8	24	0,03
Итого			360	5,9	13,4	33,4	279	0,43
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,4	0,1	8,2	35	1,6
Итого			81	0,4	0,1	8,2	35	1,6
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	1,4	3,9	34	8,3
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	150/6	4,1	4,7	16,3	127	5,5
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С СОУСОМ	110/20	3,7	6	18,1	141	0,83
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	55	7,1	10,7	11,9	170	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,5	22	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,3	15,1	73	0
Итого			577	18,1	23,1	70,8	567	15,53
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	47	2,8	3,5	24,1	138	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	96	2,7	2,3	3,7	49	0,3
Итого			143	5,5	5,8	27,8	187	0,3
Ужин								
2008	156	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ	55	7,1	4,3	18,5	140	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,2	4,6	12,9	111	0,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36					0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	72	0,3	0,3	7,1	34	7,3
Итого			343	11,6	9,2	38,5	285	8,1
Всего				41,5	51,6	178,7	1353	25,96

Стоимость питания 179 рублей