

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

21 сентября 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	3,8	4	18,2	126	0,3
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	46/7/6	2,7	4,8	22,2	144	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4	4,2	12,2	104	0,7
Итого			369	10,5	13	52,6	374	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	87	0,5	0,1	10	44	2
Итого			87	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	28	0,3	1,5	2,2	24	0,6
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	146/6	2,9	0,9	16,6	86	5,1
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2	1,6	21,3	107	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	26/5	5,9	8,6	1,6	111	1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			5,2	21	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,7	0,4	17,6	85	0
Итого			523	13,8	13	64,5	434	6,7
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	52	3,3	3,6	19,9	124	1,63
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	78	2,2	1,9	3	40	0,2
Итого			130	5,5	5,5	22,9	164	1,83
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	95	5,8	6,3	4,8	101	3,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,5	0,1	9,7	46	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		4	16	0,03
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	61	0,2	0,2	5,8	28	2,4
Итого			345	7,6	6,6	24,3	191	6,03
Всего				37,9	38,2	174,3	1207	17,56

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.