

Утверждаю

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

Заведующий

Баландина О.В./

МЕНЮ

22 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	2,9	5,4	14,9	122	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	33/4/5	1,7	4,7	15,3	111	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2	2,1	8,3	61	0,43
Итого			362	6,6	12,2	38,5	294	0,83
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	41	0,2	0,2	3,9	19	1,6
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	44	2
Итого			123	0,7	0,3	13,9	63	3,6
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	28	0,3	2	1	24	4,9
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/8	3,5	4,7	14,4	118	6,5
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	43	6,6	7,8	5	116	0,4
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	107	10,5	3,9	21,8	165	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150	0,1	0,1	6,4	26	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			526	23,6	18,9	65,6	531	12,4
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	48	4,2	5,3	25,7	166	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	81	2,2	1,9	3,1	42	0,2
Итого			129	6,4	7,2	28,8	208	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	28	5	2,1	2,3	47	0,5
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	122	2	2,1	13	81	6,9
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	170	0,3	0,1	8,4	36	41,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
Итого			340	8,8	4,4	33,4	210	49
Всего				46,1	43	180,2	1306	66,03

Стоимость меню 179 рублей