

Утверждаю

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

Заведующий

Баландина О.В./

МЕНЮ

23 марта 2023 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	4,6	5,1	22,7	156	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	49/7/6	2,5	4,5	24,4	148	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,8	5,1	14	123	0,9
Итого			372	11,9	14,7	61,1	427	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,5	0,1	10	44	2
Итого			81	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	34	0,3	1,4	2,8	26	1
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	150/6	5	3,6	16,6	118	5,3
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	1,9	2,6	20,3	112	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	33/6	7	9,6	1,7	125	1,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			539	16,8	17,6	63,3	482	7,5
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	52	3,4	3,2	20,7	125	1,89
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	115	3,2	2,8	4,5	59	0,3
Итого			167	6,6	6	25,2	184	2,19
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	99	8,9	6,1	3,4	106	1,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,4	0,1	9,3	44	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		4,4	18	0,02
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	57	0,2	0,2	5,3	26	2,3
Итого			345	10,6	6,4	22,4	194	4,12
Всего				46,4	44,8	182	1331	17,21

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

М.А. Моисеева

Моисеева Т.А.