

Заведующий
/Баландина О.В./

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



МЕНЮ

23 октября 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	124/20	3,4	4,8	21,9	145	1,02
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	36/5/6	1,9	4,2	16,8	114	2
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	28	2,8	2,5	0,2	35	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,5	49	46,4
Итого			399	8,4	11,6	50,4	343	49,42
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	89	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	43	0,2	0,2	4,3	20	4,3
Итого			132	0,7	0,3	14,3	64	6,3
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	36	0,5	1,4	2,7	27	5
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	171/8	2,5	1,9	13,9	84	11,3
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	125	8,4	9,9	21,8	210	10,8
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150	0,1	0,1	7,4	31	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,3	15,1	73	0
Итого			526	13,9	13,6	60,9	425	27,6
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	43	3,1	2,6	23,3	130	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	71	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			114	7,8	4,2	29,9	193	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	28	4	2,7	4,7	59	0,3
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	151	2,2	3,1	12,3	87	6,9
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,9	10,1	78	0,53
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					0
Итого			379	8,9	8,7	27,1	224	7,73
Всего				39,7	38,4	182,6	1249	91,85

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.