

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад общеразвивающего вида №350" городского округа Самара
/Баландина О.В./

МЕНЮ

26 января 2023 г.

Ясли 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	4,1	4,9	20,6	144	0,3
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	44/7/6	2,3	5	21,3	140	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,5	4,8	14,3	119	0,8
Итого			367	10,9	14,7	56,2	403	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	44	2
Итого			83	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	34	0,3	1,9	2,6	31	0,9
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	150/6	4,4	3,5	16,5	115	5,1
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,1	2,7	22,8	124	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	28/5	5,4	7,8	1,5	100	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,8	86	0
Итого			535	15	16,3	66,1	475	6,9
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	53	3,5	3,7	20,3	127	1,83
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	109	3,1	2,6	4,3	56	0,3
Итого			162	6,6	6,3	24,6	183	2,13
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	97	7,4	6,1	4,2	102	2,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,3	0,1	8,5	40	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		4,1	17	0,02
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	63	0,3	0,3	6	29	2,5
Итого			347	9,1	6,5	22,8	188	5,22
Всего				42,1	43,9	179,7	1293	17,35

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

slaf

Моисеева Т.А.