

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

26 октября 2022 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическ ая ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	2,9	4,6	12,1	103	0,3
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	31/8	3,5	8,1	8	119	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	161	4	4,3	10,3	96	0,7
Итого			350	10,4	17	30,4	318	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	89	0,5	0,1	10	43	2,02
Итого			89	0,5	0,1	10	43	2,02
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	25	0,2	2,5	0,8	27	2,27
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	150/6	3,4	2,5	12,7	89	9,5
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	9,4	7,2	22,4	192	11,5
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2		9,2	38	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,4	0,3	15,5	75	0
Итого			488	15,6	12,5	60,6	421	23,27
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	45	3,8	4,8	23,6	153	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	93	2,6	2,2	3,8	49	0,1
Итого			138	6,4	7	27,4	202	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	62/8	10	7,8	15,5	174	0,11
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		3,4	15	0,22
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	70	0,3	0,3	6,5	31	2,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,8	79	0
Итого			354	12,9	8,3	42,2	299	3,03
Всего				45,8	44,9	170,6	1283	29,52

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.