

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

МЕНЮ

26 октября 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	3,6	5,7	18,7	142	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	34/5/5	1,8	4,8	15,3	112	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,6	2,7	9,8	74	0,43
Итого			364	8	13,2	43,8	328	0,83
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	41	0,2	0,2	3,9	19	1,6
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	92	0,5	0,1	10	44	2
Итого			133	0,7	0,3	13,9	63	3,6
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	39	0,4	1,4	1,5	21	6,9
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	158/8	2,3	2,4	13,8	90	6,5
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	46	8,4	9,6	5,5	142	0,5
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	105	10,7	2,5	22,2	154	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150	0,1	0,1	6,7	28	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,3	15,4	74	0
Итого			542	24,3	16,3	65,1	509	14,4
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	45	3,3	4,5	26,2	159	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	75	2,1	1,8	2,9	39	0,2
Итого			120	5,4	6,3	29,1	198	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	36	5,5	2,4	4,9	64	1
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	118	2	2,2	13,1	82	6,9
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	170	0,2	0,1	7,8	34	35,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,2	0,1	7,7	36	0
Итого			340	8,9	4,8	33,5	216	43,2
Всего				47,3	40,9	185,4	1314	62,23

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.