

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №350" городского округа Самара
Заведующий
/Баландина О.В./**МЕНЮ****28 сентября 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	4	6	19,6	149	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	34/5/5	1,8	4,8	15,3	112	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,8	2,9	10,1	78	0,53
Итого			364	8,6	13,7	45	339	1,03
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	52	0,2	0,2	4,9	24	2,1
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	78	0,5	0,1	10	44	2
Итого			130	0,7	0,3	14,9	68	4,1
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	33	0,3	1,4	1,2	19	5,3
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	150/8	2	2,4	12,1	81	5,7
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	56	9,9	11,2	4,9	159	0,6
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	96	9,7	2,4	20,3	141	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150	0,1	0,1	6,7	28	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,5	0,3	15,7	76	0
Итого			530	24,5	17,8	60,9	504	12,1
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	47	3,5	4,6	26,7	162	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	100	2,8	2,4	3,9	51	0,3
Итого			147	6,3	7	30,6	213	0,3
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	30	5,5	2,4	3,9	60	0,4
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	119	2	2,2	13,2	83	7
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	170	0,2	0,1	8,2	35	39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,2	0,1	7,7	36	0
Итого			335	8,9	4,8	33	214	46,4
Всего				49	43,6	184,4	1338	63,93

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.