

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

28 октября 2022 г.

Ясли 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерг е- тичес кая ценно сть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	82	5,8	15,6	1,8	171	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	18	0,4		1,9	9	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	34/5/7	3,2	7,5	10,3	123	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,1	5,6	13,2	125	0,9
Итого			326	14,5	28,7	27,2	428	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	43	2,02
Итого			83	0,5	0,1	10	43	2,02
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	28	0,3	1,4	2,2	23	0,7
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/6	4,4	4,2	11,8	106	11,2
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	55	7,5	7,4	5,1	117	0,3
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	108	2,2	3,3	18,4	112	9,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			2,8	11	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			537	17	16,7	57,3	451	21,7
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	46	3,8	6,9	14,2	134	4,11
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	113	3,3	2,8	4,7	61	0,3
Итого			159	7,1	9,7	18,9	195	4,41
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	70/5	6,7	5,2	14,5	133	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	64	0,3	0,3	6	29	2,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,5	18	0,03
Итого			349	9,3	5,7	39,6	249	2,63
Всего				48,4	60,9	153	1366	32,26

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: *Моисеева Т.А.* Моисеева Т.А.