

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

29 января 2024 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	125/20	3,6	4	23,6	144	1,06
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	31/5/6	1,7	3,2	15,4	97	2
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	30	3	2,7	0,2	37	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	12	51	49,4
Итого			397	8,6	10	51,2	329	52,46
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	41	0,2	0,2	4,1	19	4,1
Итого			122	0,7	0,3	14,1	63	6,1
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	40	0,6	2	3,2	34	6
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	178/8	2,7	2,2	14,3	91	12,8
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	131	9,7	10,9	22,3	228	11
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150	0,1	0,1	8,1	33	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
Итого			545	15,6	15,5	64	464	30,3
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	45	3,2	2,7	24,1	135	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	87	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			132	7,9	4,3	30,7	198	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	31	4,9	2,8	5,6	67	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	145	2	3,2	12,4	89	7,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3	3,1	10,7	83	0,53
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,2	0,1	8	38	0
Итого			372	11,1	9,2	36,7	277	7,83
Всего				43,9	39,3	196,7	1331	97,49

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.