

Утверждаю

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

/Баландина О.В./

МЕНЮ

29 марта 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	2,8	4,5	11,7	100	0,3
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	29/8	2,9	7,6	8,2	113	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	159	3,8	4,1	9,8	92	0,7
Итого			346	9,5	16,2	29,7	305	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	87	0,5	0,1	10	43	2
Итого			87	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	23	0,2	2,4	0,8	26	2,1
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	150/6	3,2	3,3	11,2	90	8,7
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	107	9,4	7,7	19,1	184	9,9
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2		9,4	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,4	0,3	15,5	75	0
Итого			473	15,4	13,7	56	414	20,7
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	43	3,5	4,3	23,5	147	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	93	2,6	2,2	3,8	49	0,1
Итого			136	6,1	6,5	27,3	196	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	50/8	7,3	5,7	15,1	143	0,11
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		4,1	17	0,22
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	74	0,3	0,3	6,9	33	2,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,6	78	0
Итого			346	10,2	6,2	42,7	271	3,23
Всего				41,7	42,7	165,7	1229	27,13

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:  Моисеева Т.А.