

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

29 сентября 2023 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерг е- тическ ая ценно сть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	6,6	12,7	1,8	147	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	10	0,2		1,1	5	0,2
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	32/5/7	3,3	5	11,4	105	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	191	5,5	5,9	13	129	1
Итого			330	15,6	23,6	27,3	386	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,5	0,1	10	43	2
Итого			81	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	26	0,3	1,4	2,1	22	0,6
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	135/6	1,9	2	10	67	10
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	44	8	8,2	5,1	127	0,2
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	90	1,8	3,2	15,4	98	8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			3,5	14	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16	77	0
Итого			489	14,5	15,1	52,1	405	18,8
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	42	3	4,2	13,9	105	3,28
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	113	3,3	2,8	4,7	61	0,3
Итого			155	6,3	7	18,6	166	3,58
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	65/5	4,8	4	13,9	110	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,1	0,2	14,3	67	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	66	0,3	0,3	6,2	30	2,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		3,8	16	0,03
Итого			345	7,4	4,5	38,2	223	2,73
Всего				44,3	50,3	146,2	1223	28,51

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.