

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

29 декабря 2022 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценнос- ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	3,8	4,9	19,4	139	0,3
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	47/7/6	2,5	6,5	21,6	155	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,4	4,5	14,7	117	0,8
Итого			370	10,7	15,9	55,7	411	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	44	2
Итого			83	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	35	0,3	3,2	2,6	42	0,9
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	150/6	4,5	4,7	16,6	127	4,9
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,2	5,6	23,8	155	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	32/7	6,1	9,7	1,9	123	1,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			6,5	26	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,9	0,4	18,4	88	0
Итого			543	16	23,6	69,8	561	7
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	66	4,9	13,7	22,2	232	1,53
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	110	3,1	2,7	4,3	57	0,3
Итого			176	8	16,4	26,5	289	1,83
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	97	8,3	6,5	5,3	117	1,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,3	0,1	8,4	40	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,2		3,6	15	0,04
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	48	0,2	0,2	4,5	21	1,9
Итого			332	10	6,8	21,8	193	3,44
Всего				45,2	62,8	183,8	1498	15,37

Стоимость: 179 рублей

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