

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад общеразвивающего вида №350" городского округа Самара
/Баландина О.В./

МЕНЮ

30 января 2023 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	128/20	3,6	5,5	23,9	159	0,7
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	34/7/6	1,7	4,2	16,9	112	2,9
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	28	2,8	2,5	0,2	35	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	12	51	44,6
Итого			403	8,4	12,3	53	357	48,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	45	0,2	0,2	4,4	21	4,5
Итого			126	0,7	0,3	14,4	65	6,5
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	35	0,5	1,4	3,3	29	5,1
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	180/8	3,8	3,5	15,3	110	12,3
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	137	9,1	10,4	23,6	223	11,5
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			7,9	32	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,6	85	0
Итого			551	16,1	15,7	67,7	479	29,3
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	48	3,5	2,9	26,2	146	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	98	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			146	8,2	4,5	32,8	209	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	33	5,1	3,9	4,9	74	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	128	2	3,1	11,4	82	6,3
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3	3,2	10,5	84	0,62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					0
Итого			361	10,1	10,2	26,8	240	7,12
Всего				43,5	43	194,7	1350	91,92

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.