

Утверждаю

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

31 марта 2023 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	89	6,8	14,3	1,8	163	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	21	0,4		2,2	10	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	34/5/7	3,3	6,7	11,3	121	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	183	5,2	5,7	12,7	125	1
Итого			339	15,7	26,7	28	419	1,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	43	2
Итого			82	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	23	0,2	1	1,9	18	0,6
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/6	4,1	4,3	10,1	98	9,2
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	51	7,5	7,9	4,5	119	0,1
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	99	2	3,3	16,9	106	8,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			2,9	12	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			519	16,4	16,9	53,3	435	18,6
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	44	3,4	5	14,3	115	4,02
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	111	3,2	2,8	4,7	60	0,3
Итого			155	6,6	7,8	19	175	4,32
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	61/5	4,9	3,5	13,6	105	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,8	0,2	18,5	87	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	65	0,3	0,3	6,1	29	2,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,2	17	0,03
Итого			349	8,1	4	42,4	238	2,73
Всего				47,3	55,5	152,7	1310	29,25

Стоимость: 179 рублей

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