

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

7 февраля 2022 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	4,5	5,5	17,6	138	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	34/7	2	0,8	19,2	91	3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		5,4	22	0
Итого			361	6,7	6,3	42,2	251	3,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	67	0,5	0,1	10	44	2,04
Итого			67	0,5	0,1	10	44	2,04
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	34	0,5	1,7	2,6	28	4,7
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	165/8	3,6	5,5	14	123	10,5
2008	314	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	43	5,8	8,9	4,5	122	0,5
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	104	2,9	4,5	18,9	129	0,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,2	78	0
Итого			552	15,3	20,9	61,1	499	16
Полдник								
2008	464	БУЛОЧКА "ЛЮБАВА"	41	3,5	3,8	22,4	137	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	82	2,4	2,1	3,5	45	0,2
Итого			123	5,9	5,9	25,9	182	0,2
Ужин								
2008	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	95	9,4	5,5	5,4	110	1,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,2	0,2	14,2	67	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	3,4	3,7	10,7	90	0,6
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	38	0,2	0,2	3,6	17	1,5
Итого			321	15,2	9,6	33,9	284	3,4
Всего				43,6	42,8	173,1	1260	25,24

Стоимость рациона - 151 рубОтветственный - Мойсеева Т. А.