

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

9 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	140	3,4	6	12,2	118	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/8	2,7	6	10,8	109	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,1	2,1	7,4	58	0,4
Итого			358	8,2	14,1	30,4	285	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	61	0,5	0,1	10	43	2,02
Итого			61	0,5	0,1	10	43	2,02
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	26	0,4	3	1,3	34	5,3
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	152/7	3,4	2,3	13,9	93	10,5
2008	265	ПЛОВ	98	8	8,1	21,6	192	1,5
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			5,8	24	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,4	84	0
Итого			474	14,5	13,8	60	427	17,7
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	44	3,2	2,6	23,9	134	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	74	2	1,8	3	39	0,1
Итого			118	5,2	4,4	26,9	173	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	55/15	6,5	8	11,9	149	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,5	0,2	16,6	78	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	7,6	33	44,2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	46	0,2	0,2	4,6	22	4,7
Итого			329	9,5	8,5	40,7	282	49
Всего				37,9	40,9	168	1210	69,62

Стоимость рациона - 151 рубОтветственный - Моисеева Т. А.