

Утверждаю

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



МЕНЮ 14 января 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	4,7	4,4	22,5	150	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	31/5/6	2,7	6	11,1	110	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		5,2	22	0,2
Итого			362	7,5	10,4	38,8	282	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	62	0,5	0,1	10	43	2,02
Итого			62	0,5	0,1	10	43	2,02
Обед								
2008	44	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (2-й ВАРИАНТ)	22	0,5	0,8	2,1	19	4,5
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150/6	3,4	2,7	9,9	80	9,8
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	92	2,5	2,9	18,5	110	9,1
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	39	5,1	6,6	2,4	90	0,2
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2	0,1	11,3	47	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,4	0,3	15,5	75	0
Итого			496	14,1	13,4	59,7	421	23,6
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	36	1,9	0,7	22,1	102	5,72
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	71	2	1,7	2,9	37	0,1
Итого			107	3,9	2,4	25	139	5,82
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВО- ТВОРОЖНАЯ	87	3,6	3	12,2	90	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	126	3,4	3,7	10,2	88	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,7	0,1	10,9	51	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	46	0,2	0,2	4,6	22	4,7
Итого			281	8,9	7	37,9	251	5,3
Всего				34,9	33,3	171,4	1136	37,34

Стоимость рациона - 151 руб

Ответственный - chef /Моисеева Т. А.