

Утверждаю

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



МЕНЮ

21 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	69	5,3	9,6	1,6	114	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	17	0,3		1,8	8	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	33/6/7	3,2	6,4	10,7	115	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	169	4,9	5,2	11,7	115	0,9
Итого			301	13,7	21,2	25,8	352	1,4
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	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	21	0,2	0,9	1,8	17	0,6
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/6	3,7	4	10,1	95	8,8
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	44	6	6,7	2,4	93	0,2
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	103	2,1	3	17,8	108	9,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			3,5	14	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	15	72	0
Итого			509	14,3	14,9	50,6	399	18,8
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	53	3,7	4,5	17	124	4,3
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	96	2,8	2,4	4	52	0,3
Итого			149	6,5	6,9	21	176	4,6
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	52/6	4,9	3,4	11,9	100	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,9	0,2	12,8	61	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	46	0,2	0,2	4,4	21	1,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		3,7	15	0
Итого			310	7,1	3,8	32,8	197	1,8
Всего				42,1	46,9	140,2	1167	28,62

Стоимость рациона - 151 руб

Ответственный - с/оф Моисеева Т. А.