Утверждаю

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

МЕНЮ
5 октября 2023 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	3,9	4,4	18,8	133	0,3
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	45/7/6	2,5	5,1	21,4	142	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,5	4,9	13,8	118	0,8
Итого			**368**	**10,9**	**14,4**	**54**	**393**	**1,1**
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	79	0,5	0,1	10	44	2
Итого			**79**	**0,5**	**0,1**	**10**	**44**	**2**
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	33	0,3	1,2	2,7	24	0,9
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	143/6	2,7	1,3	15,8	85	4,7
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	1,8	2,3	19,6	106	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	32/6	8,4	11,2	2	145	1,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,3	15,4	74	0
Итого			**526**	**15,6**	**16,3**	**60,4**	**453**	**7,1**
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАРТОШКОЙ	55	3,5	4,4	19,9	133	1,7
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	90	2,5	2,2	3,5	46	0,2
Итого			**145**	**6**	**6,6**	**23,4**	**179**	**1,9**
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	101	8,3	6,1	4,2	108	2,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,5	36	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		3,9	16	0,02
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	55	0,2	0,2	5,2	25	2,2
Итого			**341**	**9,7**	**6,4**	**20,8**	**185**	**4,92**
Всего				**42,7**	**43,8**	**168,6**	**1254**	**17,02**

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: Моисеева Т.А.