

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ 1 февраля 2022 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выхо д	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	170	4,6	5,9	16	136	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	36/7	2,5	4,1	17,2	116	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		8,3	34	0
Итого			413	7,3	10	41,5	286	0,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,3	0,1	5,8	25	1,1
Итого			100	0,3	0,1	5,8	25	1,1
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	48	0,8	2,1	3,3	36	7,7
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	200/10	4,6	5	17	135	5,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С СОУСОМ	150/20	5,6	5,3	26,4	176	0,4
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	56	7,2	11,2	9,5	168	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			713	21,4	24	84,7	646	14,6
Полдник								
2008	446	ОЛАДЫ С ЯБЛОКАМИ	49	3,7	5,9	16,9	135	0,62
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	106	3	2,6	4,1	55	0,3
Итого			155	6,7	8,5	21	190	0,92
Ужин								
2008	156	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	69/5	9,2	5,8	22,3	181	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	50	0,2	0,2	4,9	24	5
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,6	4,9	15,6	126	0,8
Итого			354	14	10,9	42,8	331	5,9
Всего				49,7	53,5	195,8	1478	23,02

Стоимость - 151 рубль

Ответственный: *Моисеева Т.А.* Моисеева Т.А.