

Утверждаю

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

1 февраля 2024 г.

Сад 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,8	7,7	24,7	188	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	45/12/4	2,2	4,1	22,6	136	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,9	3	12,7	90	0,53
Итого			421	9,9	14,8	60	414	1,23
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	61	0,2	0,2	5,8	28	2,4
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,5	0,1	10	44	2
Итого			142	0,7	0,3	15,8	72	4,4
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	46	0,4	2,3	1,6	30	7,8
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	204/8	3	2,7	17,9	112	7,8
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	64	12,1	13,5	10,8	212	0,7
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	125	14,5	2,6	30,2	202	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,7	40	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	97	0
Итого			675	33,3	21,6	90,5	693	17,1
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	50	3,4	4,4	31,7	180	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	99	2,8	2,4	3,9	51	0,3
Итого			149	6,2	6,8	35,6	231	0,3
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	42	8,2	3,2	5,7	83	0,7
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	113	1,9	2	11,7	74	6,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,4	0,2	15,9	75	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,5	49	43,3
Итого			388	12,8	5,5	44,8	281	50,5
Всего				62,9	49	246,7	1691	73,53

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.