

Утверждаю

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

МЕНЮ

1 марта 2023 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,9	6,2	20,3	157	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	39/12	4,6	6,6	14,7	138	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	165	4,1	4,4	14	113	0,7
Итого			396	13,6	17,2	49	408	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	77	0,5	0,1	10	43	2
Итого			77	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0,4	1,6	1,4	22	3,6
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	200/8	4,5	4,8	15,1	126	11,5
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	130	10,8	8,5	24,3	216	12,5
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	17	71	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,7	95	0
Итого			605	19,1	15,4	77,5	530	27,6
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	50	4,1	4	28,7	167	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	119	3,3	2,9	4,9	62	0,2
Итого			169	7,4	6,9	33,6	229	0,2
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	72/10	10,7	7,6	22,8	206	0,14
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	73	0,3	0,3	7	33	2,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,3	82	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		8,2	33	0,33
Итого			390	13,7	8,1	55,3	354	3,37
Всего				54,3	47,7	225,4	1564	34,47

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.