

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

1 июня 2023 г.

Сад 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	180	6	6,5	29,1	200	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	42/12/6	2,1	4,9	20,7	135	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,6	4,9	16	126	0,8
Итого			420	12,7	16,3	65,8	461	1,2
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 РАСТИТЕЛЬНОМ	47	0,5	2	3,3	34	1,1
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/11	6,4	4,5	19,9	146	5,1
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	32/7	6,9	9,5	1,8	123	1,1
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,7	4,1	28,2	160	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,8	95	0
Итого			674	19,6	20,5	81	590	7,3
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	3,8	2,1	25,8	138	1,79
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	100	2,8	2,4	3,9	51	0,3
Итого			170	6,6	4,5	29,7	189	2,09
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	89	7,7	6,7	3,2	105	1,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,3	68	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	60	0,2	0,2	5,7	27	2,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,4	30	0,03
Итого			378	10,3	7,1	30,6	230	4,33
Всего				49,7	48,5	217,1	1514	16,92

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.