

Утверждаю

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

1 декабря 2022 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,2	6	26,2	181	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	50/12/6	2,2	4,9	25,9	156	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,8	4,1	15,2	115	0,7
Итого			428	11,2	15	67,3	452	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	44	2
Итого			82	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	54	0,5	1,9	3,8	36	1,3
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/13	7,2	5	23,2	167	6,2
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	36/6	7,8	10,5	1,9	136	1,4
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,5	4,1	27,2	156	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,5	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			689	21,3	21,9	85,8	631	8,9
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	4,1	2,3	28	149	2,69
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	113	3,2	2,7	4,4	58	0,3
Итого			183	7,3	5	32,4	207	2,99
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	101	7,3	6,6	4,3	107	2,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,8	84	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,4	31	2,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,8	31	0,03
Итого			404	10,4	7,1	36,3	253	5,53
Всего				50,7	49,1	231,8	1587	20,62

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.