

Утверждаю

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

МЕНЮ

2 марта 2023 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,7	6,9	23,5	176	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	49/12/4	2,2	3,3	26,4	144	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,8	3	12,7	90	0,53
Итого			425	9,7	13,2	62,6	410	1,23
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	73	0,3	0,3	7	33	2,9
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	80	0,5	0,1	10	44	2
Итого			153	0,8	0,4	17	77	4,9
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	45	0,5	2,1	1,6	29	7,2
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	4,7	4,5	17,5	135	7,9
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	63	10,8	12,6	8,7	192	0,7
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	122	13,8	3,2	28,8	199	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,5	39	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			667	33,1	22,9	86,8	694	16,4
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	51	3,8	4,6	32,1	184	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	123	3,5	3	4,8	63	0,4
Итого			174	7,3	7,6	36,9	247	0,4
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	44	7,5	3	5,6	81	1
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	110	2	2,4	13,3	83	7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	0,2	19,1	90	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,8	50	46
Итого			393	12,7	5,7	49,8	304	54
Всего				63,6	49,8	253,1	1732	76,93

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

М.А. Моисеева

Моисеева Т.А.