

Утверждаю

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

Заведующий

Баландина О.В./

МЕНЮ

2 августа 2023 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,4	7,3	22,1	178	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	43/12	5	7,7	16,4	155	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	179	4,8	5	15	125	0,8
Итого			414	15,2	20	53,5	458	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	91	0,5	0,1	10	43	2
Итого			91	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	43	0,4	2,3	1,6	29	3,8
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	200/8	5,3	6,5	18,1	159	14,4
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	153	14	11,6	26,7	268	13,7
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	17	70	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,5	21,8	105	0
Итого			635	23,4	21	85,2	631	31,9
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	51	4,2	4,5	29,4	175	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	143	4,1	3,5	5,8	75	0,2
Итого			194	8,3	8	35,2	250	0,2
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	92/10	15,4	10,6	21,9	248	0,25
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	90	0,4	0,4	8,5	41	3,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3	0,3	19,9	94	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		8,6	35	0,44
Итого			433	19	11,3	58,9	418	4,29
Всего				66,4	60,4	242,8	1800	39,89

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.