

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

3 февраля 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	101	8	16,1	2	185	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	34	0,7	0,1	3,7	17	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	46/4/12	5,3	7,2	15,5	149	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	177	5	5,5	16,4	137	0,9
Итого			374	19	28,9	37,6	488	1,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	85	0,5	0,1	10	43	2
Итого			85	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	44	0,5	1,6	3,5	31	1,2
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/8	5,4	4,6	14,6	124	15,5
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	59	8,6	9,2	6,9	144	0,3
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	110	2,3	3	19,1	113	9,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,6	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,7	104	0
Итого			652	20,2	18,8	73,4	546	26,7
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	69	4,2	4,3	24,5	154	6,26
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	128	3,7	3,2	5,4	69	0,4
Итого			197	7,9	7,5	29,9	223	6,66
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	84/9	7	5,1	21,3	159	0,2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	62	0,2	0,2	5,9	28	2,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,8	0,2	18,6	88	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7	29	0,03
Итого			393	10,2	5,5	52,8	304	2,73
Всего				57,8	60,8	203,7	1604	39,79

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.