

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
3 августа 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,8	7,2	24,4	183	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	43/12/4	1,9	4	21,9	131	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,9	3	12,8	90	0,55
Итого			419	9,6	14,2	59,1	404	1,25
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	51	0,2	0,2	4,9	23	2
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	70	0,5	0,1	10	44	2
Итого			121	0,7	0,3	14,9	67	4
<b>Обед</b>								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	51	0,6	2,6	1,7	33	8,4
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	4,8	4,9	17,2	137	7,8
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	66	11,7	12,9	9,5	201	0,7
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	113	12,9	2,4	27	181	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,5	40	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			658	32,7	23,3	81,9	674	17,6
<b>Полдник</b>								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	49	3,4	4,6	31,6	182	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	94	2,6	2,3	3,7	48	0,3
Итого			143	6	6,9	35,3	230	0,3
<b>Ужин</b>								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	47	7,1	3,2	7,9	90	1,3
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	107	1,9	2,7	12	81	6,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2	0,2	13,6	64	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,4	49	42,3
Итого			382	11,3	6,2	44,9	284	50,1
Всего				60,3	50,9	236,1	1659	73,25

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: *Моисеева Т.А.* Моисеева Т.А.