

Утверждаю

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



Заведующий

Баладина О.В./

МЕНЮ

4 июля 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическ ая ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	170	5,7	7,2	18,3	162	0,7
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	34/7	2,3	4	15,9	110	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,9	32	0,05
Итого			411	8,2	11,2	42,1	304	0,75
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	71	0,4	0,1	7,2	31	1,4
Итого			71	0,4	0,1	7,2	31	1,4
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	48	0,8	1,4	3,2	30	7,9
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	200/10	6,6	6,5	19,6	166	6,4
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С СОУСОМ	150/20	5,4	4	25,1	158	0,77
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	68	10,9	12,8	9,9	197	1,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,4	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			716	26,3	25,1	82,2	663	16,37
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	54	2,3	1,2	33,6	154	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	118	3,3	2,8	4,6	61	0,3
Итого			172	5,6	4	38,2	215	0,3
Ужин								
2008	156	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	83/5	10,9	6,4	30,3	221	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29					0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	63	0,3	0,3	6,2	30	6,3
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,1	6,6	18,3	159	1,1
Итого			380	17,3	13,3	54,8	410	7,5
Всего				57,8	53,7	224,5	1623	26,32

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.