

Утверждаю

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

Заведующий

Баландина О.В./

МЕНЮ

4 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	105	8,7	15,8	2	185	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	18	0,4		1,9	9	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	38/4/12	4	5,6	13,8	123	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	171	5,1	5,3	17,3	138	0,9
Итого			348	18,2	26,7	35	455	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	51	0,5	0,1	10	43	2
Итого			51	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	45	0,5	1,5	3,5	31	1,1
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/8	5,4	5	13,9	125	12,4
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	59	9	9,4	6,2	144	0,3
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	112	2,4	2,7	19	110	10,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,1	33	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,9	0,4	18,4	88	0
Итого			647	20,2	19	69,1	531	23,9
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	5	4,6	26,5	167	7,37
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	92	2,7	2,3	3,9	50	0,3
Итого			162	7,7	6,9	30,4	217	7,67
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	86/9	7,6	5,6	20,8	165	0,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	56	0,2	0,2	5,3	26	2,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,2	0,2	14,9	71	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		7,5	31	0,05
Итого			382	10,3	6	48,5	293	2,35
Всего				56,9	58,7	193	1539	37,42

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

lef

Моисеева Т.А.