

Утверждаю

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

МЕНЮ

4 сентября 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,8	6,9	22,1	174	0,7
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	39/12	2,2	0,8	22	103	4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		8,1	33	0,03
Итого			411	8,2	7,7	52,2	310	4,73
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	79	0,5	0,1	10	44	2
Итого			79	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	63	1,1	2,7	4,5	48	9,2
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	194/9	2,7	4,2	15	114	13,4
2008	314	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	65	10,1	13,3	10,1	203	0,9
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	148	4,6	5	29,2	181	0,65
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,4	19,3	93	0
Итого			705	21,5	25,6	85,9	670	24,15
Полдник								
2008	464	БУЛОЧКА "ЛЮБАВА"	50	4,3	3,5	29,5	166	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	101	2,9	2,5	4,2	55	0,3
Итого			151	7,2	6	33,7	221	0,3
Ужин								
2008	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	86	9,4	5,3	3,9	102	1,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	5,1	5,3	16,6	135	0,9
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	71	0,3	0,3	6,8	32	2,8
Итого			397	17,9	11,1	47,4	364	4,9
Всего				55,3	50,5	229,2	1609	36,08

Стоимость питания 179 рублей