

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

5 октября 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,8	6,3	28,6	197	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	41/12/6	2	4,9	20,1	133	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,6	4,9	16	126	0,8
Итого			419	12,4	16,1	64,7	456	1,2
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	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	52	0,5	2,4	3,6	40	1,2
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	192/16	4,8	1,8	20,9	119	5,3
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	36/6	10,5	13,2	2	173	1,5
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,6	2,7	27,6	145	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,4	19,3	93	0
Итого			678	21,4	20,5	81,4	602	8
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	3,9	1,8	26,7	138	2,2
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	108	3	2,6	4,2	55	0,3
Итого			178	6,9	4,4	30,9	193	2,5
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	96	7,8	6,4	3,6	106	2,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	66	0,3	0,3	6,3	30	2,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,2	30	0,03
Итого			392	10,6	6,9	32,2	237	5,23
Всего				51,8	48	219,2	1532	18,93

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.