

Утверждаю

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



МЕНЮ

6 апреля 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,6	6,2	28,7	194	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	46/12/6	2,1	5	23	145	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,7	4	14,4	109	0,7
Итого			424	11,4	15,2	66,1	448	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	89	0,5	0,1	10	44	2
Итого			89	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	53	0,5	1,8	3,7	35	1,2
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/9	6,6	4,4	22,7	157	5,7
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	30/5	5,3	7,6	1,9	101	1,2
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,7	4,5	28,6	166	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			677	18,4	18,7	86	592	8,1
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	4	2	26,9	140	2,57
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	102	2,9	2,5	4	53	0,3
Итого			172	6,9	4,5	30,9	193	2,87
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	97	7	6,6	4,1	105	2,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	3	0,2	19,6	92	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	75	0,3	0,3	7,1	34	3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0,02
Итого			411	10,4	7,1	37,9	260	5,72
Всего				47,6	45,6	230,9	1537	19,89

Стоимость: 179 рублей

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