

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ 6 июля 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5	7	23,9	180	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	43/12/4	2	3,1	22,9	128	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	3,3	13,2	96	0,65
Итого			419	10,2	13,4	60	404	1,35
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	54	0,2	0,2	5,1	24	2,2
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	73	0,5	0,1	10	44	2
Итого			127	0,7	0,3	15,1	68	4,2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	58	0,6	2	2	30	10,2
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	4,9	5,5	17,3	145	7,9
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	71	11,7	13,4	8,1	199	0,7
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	126	14,1	3,7	29,4	207	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,5	40	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,7	85	0
Итого			685	34,2	25,1	84	706	19,6
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	54	3,6	4,5	32,8	187	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	110	3,1	2,6	4,3	57	0,3
Итого			164	6,7	7,1	37,1	244	0,3
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	43	8,5	2,9	6,5	86	0,5
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	101	1,9	2	10,4	68	5,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,1	0,2	14,3	67	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	11	47	38
Итого			373	12,7	5,2	42,2	268	44,2
Всего				64,5	51,1	238,4	1690	69,65

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.