

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

7 декабря 2022 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическ ая ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,4	6,6	21,9	171	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	44/12	5,4	7,8	16,2	157	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	178	4,5	4,8	14,7	121	0,8
Итого			414	15,3	19,2	52,8	449	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	46	0,4	2,2	1,5	28	4,1
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	200/8	5,2	5,9	17,7	149	14,2
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	144	12,5	10,5	25,7	247	13,3
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	17,1	71	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,5	104	0
Итого			629	21,8	19,1	83,5	599	31,6
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	52	4,4	4,6	30,2	181	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	131	3,7	3,2	5,3	69	0,2
Итого			183	8,1	7,8	35,5	250	0,2
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	80/10	12,7	9	21,6	221	0,14
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	75	0,3	0,3	7,2	34	3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		8,3	34	0,33
Итого			405	16,2	9,5	56,6	381	3,47
Всего				61,9	55,7	238,4	1722	38,77

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.