

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

7 декабря 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,8	7,3	23,7	182	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	41/12/4	2,1	4	20,7	128	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3	3,1	12,8	91	0,54
Итого			417	9,9	14,4	57,2	401	1,14
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	56	0,2	0,2	5,3	26	2,2
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	78	0,5	0,1	10	44	2
Итого			134	0,7	0,3	15,3	70	4,2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	54	0,6	2,1	2	30	9
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	206/8	3	2,5	18,2	111	8
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	59	11,3	12,8	7	189	0,8
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	122	14,2	2,4	29,6	196	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,5	39	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,4	19,3	93	0
Итого			675	32,2	20,3	85,6	658	18,5
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	51	3,5	4,5	32,7	184	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	107	3	2,6	4,2	55	0,3
Итого			158	6,5	7,1	36,9	239	0,3
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	48	7,7	3	9,1	95	1,2
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	108	1,9	2,1	12	76	6,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	0,2	19	90	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	12	51	49,4
Итого			395	12,8	5,4	52,1	312	57,2
Всего				62,1	47,5	247,1	1680	81,34

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

clef

Моисеева Т.А.