

Утверждаю

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



МЕНЮ

8 июня 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,6	6,6	23,6	173	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	38/12/4	1,9	3,6	19,2	117	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,8	12,4	86	0,53
Итого			414	9,2	13	55,2	376	1,13
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	44	0,2	0,2	4,2	20	1,8
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	65	0,5	0,1	10	44	2
Итого			109	0,7	0,3	14,2	64	3,8
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	49	0,5	2,7	1,7	34	8,6
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	4,7	5,3	19	148	8,5
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	63	9,9	11,9	10,6	189	0,6
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	120	13,2	4,4	27,6	204	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,6	40	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,5	99	0
Итого			668	31,6	24,8	89	714	18,4
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	50	3,7	4,2	32,6	183	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	87	2,4	2,1	3,4	45	0,2
Итого			137	6,1	6,3	36	228	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	39	7,1	3,2	3,8	73	0,7
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	112	1,9	2,7	11,7	80	6,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	0,2	18,8	89	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	10,8	46	33,6
Итого			390	12,1	6,2	45,1	288	40,9
Всего				59,7	50,6	239,5	1670	64,43

Стоимость меню 179 рублей