

Утверждаю

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

МЕНЮ

8 сентября 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,4	5,2	22,9	157	0,3
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	45/12/6	2	4,5	23,2	141	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,2	3,4	13,4	98	0,6
Итого			423	9,6	13,1	59,5	396	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10	44	2,04
Итого			100	0,5	0,1	10	44	2,04
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	39	0,4	2,2	2,6	34	0,9
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/8	5,6	3,2	18,6	124	4,4
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	27/5	4,9	7,8	1,4	97	0,8
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,5	2,5	26,4	138	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,7	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,8	95	0
Итого			656	16,5	16,1	76,5	519	6,1
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	3,8	2,2	25,9	138	1,77
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	78	2,2	1,8	3	40	0,2
Итого			148	6	4	28,9	178	1,97
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	67	5,3	3,2	2,7	61	1,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,2	72	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	47	0,2	0,2	4,5	21	1,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	28	0,02
Итого			344	7,9	3,6	29,4	182	3,32
Всего				40,5	36,9	204,3	1319	14,43

Стоимость: 151 рубль

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.