

Утверждаю

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

/Баландина О.В./

МЕНЮ

9 января 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,8	4,4	22,4	152	0,7
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	48/12	2,3	0,9	28,4	129	7,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,3		8,6	35	0,06
Итого			420	8,4	5,3	59,4	316	7,96
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	44	2
Итого			83	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	56	1	2,3	4	41	7
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	193/9	4,2	2,7	14,8	105	11,9
2008	314	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	69	9,5	10,2	9,6	168	0,9
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	159	4,9	1,9	31,3	161	0,59
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,7	104	0
Итого			717	23	17,5	89,4	611	20,39
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	74	4,4	3,5	55,8	272	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	103	3	2,6	4,3	56	0,3
Итого			177	7,4	6,1	60,1	328	0,3
Ужин								
2008	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	93	9,4	3,9	4,5	91	1,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,1	0,3	20,6	97	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,6	4,9	16	127	0,8
Итого			334	17,1	9,1	41,1	315	2,3
Всего				56,4	38,1	260	1614	32,95

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.