

Утверждаю

Заведующий

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

/Баландина О.В./

МЕНЮ

9 февраля 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,5	6,3	25,7	184	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	50/12/6	2	4,7	25,9	155	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,9	5,1	16,1	131	0,9
Итого			428	12,4	16,1	67,7	470	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	76	0,5	0,1	10	44	2
Итого			76	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	46	0,4	2,3	3,1	37	1,1
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/17	7,7	5,4	22,4	169	5,6
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	39/6	9,7	12,5	1,9	162	1,3
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,4	3,9	25,6	147	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,7	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,9	0,4	18,4	88	0
Итого			681	23,1	24,5	79,1	634	8
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	3,8	2,2	26,1	140	2,3
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	125	3,5	3	4,9	64	0,4
Итого			195	7,3	5,2	31	204	2,7
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	88	8,5	7,5	2,8	114	1,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,9	94	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	72	0,3	0,3	6,9	33	2,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,2	29	0,03
Итого			400	12	8	36,8	270	4,33
Всего				55,3	53,9	224,6	1622	18,53

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.И.