

Утверждаю

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

МЕНЮ

9 ноября 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5	6,8	25,1	183	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	44/12/4	2,2	3,1	22,9	129	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,1	3,2	13,1	94	0,63
Итого			420	10,3	13,1	61,1	406	1,33
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	60	0,2	0,2	5,7	28	2,4
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	88	0,5	0,1	10	44	2
Итого			148	0,7	0,3	15,7	72	4,4
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	56	0,6	2,5	1,9	33	9,5
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	207/8	3	2,8	17,4	111	7,9
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	71	13,1	14,7	8,7	219	0,8
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	126	14,4	3,1	30	205	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,7	40	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,7	104	0
Итого			699	34,6	23,6	89,4	712	18,9
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	53	3,6	4,4	33	186	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	107	3	2,6	4,2	55	0,3
Итого			160	6,6	7	37,2	241	0,3
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	44	7,8	3,1	7,7	90	0,7
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	124	2,1	2,5	13,5	87	7,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,1	80	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,9	51	46,9
Итого			403	12,8	5,9	50,2	308	54,9
Всего				65	49,9	253,6	1739	79,83

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.