

Утверждаю

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



МЕНЮ

10 января 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	180	6,2	8,3	26,1	204	0,8
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	2,7	5,3	18,3	132	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	195	4,7	4,9	13,6	118	0,8
Итого			422	13,6	18,5	58	454	1,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	80	0,5	0,1	10	44	2
Итого			80	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	49	0,7	1,5	5,3	38	1,8
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	186/8	4,2	4,9	11,5	112	11,3
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	125	11,5	13,2	10,1	206	17,4
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	15,3	64	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,4	84	0
Итого			589	19,4	20,1	59,6	504	30,5
Полдник								
2008	483	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	50	3,4	5,8	31,2	190	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	88	6	0,2	8	62	2
Итого			138	9,4	6	39,2	252	2
Ужин								
2008	233	МОРКОВНЫЕ СЫРНИКИ С ПОВИДЛОМ	88/9	10	10,8	36,8	287	0,5
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	70	0,3	0,3	6,9	33	7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,5	0,2	16,3	77	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		7,2	31	0,64
Итого			399	13	11,3	67,2	428	8,14
Всего				55,9	56	234	1682	44,24

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:  Моисеева Т.А.