

Утверждаю

Заведующий

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

/Баландина О.В./

МЕНЮ

10 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	5,4	5,3	25,9	173	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	36/6/12	3,4	6,5	13,7	127	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3		8,5	35	0,36
Итого			414	9,1	11,8	48,1	335	0,76
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	73	0,5	0,1	10	43	2
Итого			73	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	44	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (2-Й ВАРИАНТ)	42	0,8	2,4	3,7	41	8,6
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	5,8	5,7	17	147	15,4
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	57	8,5	10,8	4,8	150	0,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	139	4	3,7	26,9	158	13,1
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	16,3	67	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3,5	0,5	22,6	109	0
Итого			679	22,9	23,2	91,3	672	37,5
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	48	2,6	1	29,9	138	7,7
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	122	3,4	3	4,9	64	0,2
Итого			170	6	4	34,8	202	7,9
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВО- ТВОРОЖНАЯ	129	5	4,2	21,9	145	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	65	0,3	0,3	6,3	30	6,5
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	177	5,3	5,7	16,1	138	0,9
Итого			411	13,7	10,4	64,4	408	7,4
Всего				52,2	49,5	248,6	1660	55,56

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: *М.А.*

Моисеева Т.А.