

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ**10 ноября 2023 г.****Сад 12 часов**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	101	7,8	14,1	2,2	168	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	28	0,6	0,1	3	14	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/4/12	4,3	6	13,9	127	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	201	5,8	6,2	18	153	1
Итого			386	18,5	26,4	37,1	462	1,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	74	0,5	0,1	10	43	2
Итого			74	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	45	0,5	1,5	3,4	30	1,2
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/8	3,2	2,4	16	101	18,6
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	56	9,8	10	9,3	166	0,4
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	111	2,3	2,8	19,1	111	9,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3,5	0,5	22,6	109	0
Итого			653	19,3	17,2	78,2	548	30,1
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	4,1	4,4	23,6	150	5,62
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	110	3,2	2,8	4,6	60	0,3
Итого			180	7,3	7,2	28,2	210	5,92
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	90/9	8,3	6,2	19,5	169	0,2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	57	0,2	0,2	5,4	26	2,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,4	78	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7	29	0,03
Итого			390	11,2	6,6	48,3	302	2,53
Всего				56,8	57,5	201,8	1565	42,35

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.