

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

11 января 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,3	6,7	31,2	211	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	43/12/6	2,1	5	21,3	139	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,7	4,9	16,4	130	0,8
Итого			421	13,1	16,6	68,9	480	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	44	2
Итого			82	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	55	0,5	2,3	3,8	41	1,3
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	197/16	5	1,7	22,4	125	5,7
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	33/7	9	12,2	2,1	158	1,6
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,8	2,3	30,2	154	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,2	33	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	97	0
Итого			686	20,5	18,9	87	608	8,6
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	3,9	2,2	26,4	141	2,03
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	98	2,7	2,4	3,8	50	0,3
Итого			168	6,6	4,6	30,2	191	2,33
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	101	7,4	7,8	4,1	118	2,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,2	0,3	21,1	100	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	62	0,2	0,2	5,9	28	2,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,6	31	0,03
Итого			405	11	8,3	38,7	277	5,33
Всего				51,7	48,5	234,8	1600	19,66

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.