

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 мая 2023 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,3	6,8	22	168	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	47/12/4	2,2	3,9	24,3	142	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,5	2,7	12	84	0,42
Итого			423	9	13,4	58,3	394	1,02
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	67	0,3	0,3	6,4	31	2,7
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	90	0,5	0,1	10	44	2
Итого			157	0,8	0,4	16,4	75	4,7
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	49	0,6	2,1	1,7	29	8,5
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	4,1	3,7	15,8	115	7
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	51	9,3	10,9	5	155	0,6
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	112	12,9	2,4	27	181	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,2	38	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	97	0
Итого			648	30,2	19,6	79	615	16,7
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	50	3,5	4,5	31,6	183	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	104	2,9	2,5	4,1	53	0,3
Итого			154	6,4	7	35,7	236	0,3
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	42	7	2,6	7	81	0,9
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	109	1,9	2	12	76	6,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,7	0,2	17,6	83	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,6	49	44,9
Итого			387	11,9	4,9	48,2	289	52
Всего				58,3	45,3	237,6	1609	74,72

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.