

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 октября 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,9	6,6	19,9	159	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	43/12	4,8	7	17,8	154	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	167	4,2	4,5	14,3	115	0,7
Итого			402	13,9	18,1	52	428	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	75	0,5	0,1	10	43	2
Итого			75	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	44	0,4	1,7	1,4	23	4,1
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	199/8/4	3,3	2,9	16,4	109	11,8
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	114	9,3	7,4	23,3	198	12
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	16,8	69	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,6	89	0
Итого			593	16,2	12,5	76,5	488	27,9
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	50	4,2	4,4	28,9	171	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	98	2,8	2,4	4	52	0,1
Итого			148	7	6,8	32,9	223	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	73/10	11	7,7	24,3	211	0,13
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	72	0,3	0,3	6,8	33	2,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,6	0,2	17,6	83	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		8,2	34	0,23
Итого			391	14,1	8,2	56,9	361	3,26
Всего				51,7	45,7	228,3	1543	34,56

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.