

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

13 декабря 2021 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическ ая ценнос	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,8	7,5	22	179	0,7
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40/12	2,2	0,8	23,2	108	4,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		8,2	33	0
Итого			412	8,2	8,3	53,4	320	5,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10	44	2,04
Итого			100	0,5	0,1	10	44	2,04
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	50	0,9	2,1	3,5	37	7,3
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	183/9	3,6	4,1	14	110	11,6
2008	314	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	48	6,5	9,2	6,6	137	0,6
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	4,3	3,9	27,6	163	0,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	18	87	0
Итого			652	18,1	19,7	77,5	565	19,9
Полдник								
2008	464	БУЛОЧКА "ЛЮБАВА"	50	4,1	4,5	28,3	168	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	95	2,7	2,3	3,9	51	0,3
Итого			145	6,8	6,8	32,2	219	0,3
Ужин								
2008	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	80	7,4	5,1	3	87	0,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,5	0,2	16,3	77	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,7	4	14,1	108	0,7
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	50	0,2	0,2	4,6	22	1,9
Итого			363	13,8	9,5	38	294	3,4
Всего				47,4	44,4	211,1	1442	31,24

Стоимость рациона - 134-00 руб.

Ответственный: Мухоморова М.А.