

Утверждаю

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

МЕНЮ
13 января 2022 г. г.о. Самара

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерг е- тичес кая ценно сть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,1	5,5	26,4	176	0,3
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	43/12/6	2	4,6	21,1	134	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,3	3,5	13,2	99	0,6
Итого			421	10,4	13,6	60,7	409	1
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	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	40	0,4	1,5	2,6	26	0,9
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/9	6,6	4,1	21,7	151	5,2
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	27/4	5,3	7,1	1,4	93	0,9
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,8	3,7	29,6	164	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,6	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,4	19,4	94	0
Итого			656	18,1	16,8	82,3	558	7
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	69	3,7	1,6	25,6	132	2,1
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	89	2,5	2,1	3,4	46	0,2
Итого			158	6,2	3,7	29	178	2,3
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	80	4,8	5,2	3	77	1,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,2	72	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	43	0,2	0,2	4,1	20	1,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,8	28	0
Итого			353	7,4	5,6	29,1	197	3,6
Всего				42,6	39,8	211,1	1386	15,94

Стоимость - 151 рубль
Ответственный - Моз. Моисеев И.А.