

Утверждаю

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



МЕНЮ **13 января 2023 г.**

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	5,2	5,9	25,2	175	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	38/6/12	3,6	8	13,1	141	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		8,1	33	0,33
Итого			416	9	13,9	46,4	349	0,73
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	86	0,5	0,1	10	43	2
Итого			86	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	44	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (2-Й ВАРИАНТ)	46	0,9	2,4	3,9	43	9,7
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	5,6	5,1	19,1	150	19,9
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	61	7,7	9,2	10,2	154	0,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	138	3,8	3,2	28,6	159	14,2
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	16,8	70	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,7	104	0
Итого			684	21,7	20,4	100,3	680	44,3
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	55	2,9	1,1	33,6	155	8,7
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	66	1,8	1,6	2,7	34	0,1
Итого			121	4,7	2,7	36,3	189	8,8
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВО- ТВОРОЖНАЯ	130	5,2	4,2	21,6	146	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	63	0,3	0,3	6,2	30	6,3
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	127	3,5	3,8	13	101	0,6
Итого			360	12,1	8,5	60,9	372	6,9
Всего				48	45,6	253,9	1633	62,73

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: *Моисеева Т.А.* Моисеева Т.А.