

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад общеразвивающего вида №350" городского округа
г.о. Самара

Заведующий
/Баландина О.В./

МЕНЮ

13 апреля 2022 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энер- ге- тиче- ская ценн- ость, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5	6,7	20,8	164	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	39/12	4,3	6,6	15,6	140	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	164	3,9	4,2	14,1	112	0,7
Итого			395	13,2	17,5	50,5	416	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10	43	2,02
Итого			100	0,5	0,1	10	43	2,02
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	42	0,4	2	1,4	25	4
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	200/8	3,9	3,3	13,8	102	11
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	108	8,9	7,5	20,4	185	10,6
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	16,1	67	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,7	95	0
Итого			585	16,6	13,3	71,4	474	25,6
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	50	4,2	4,2	29	170	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	118	3,3	2,8	4,8	62	0,2
Итого			168	7,5	7	33,8	232	0,2
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	57/10	8,3	6,4	16,6	159	0,12
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	52	0,2	0,2	4,9	24	2,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,2	81	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		8,4	34	0,24
Итого								