

Утверждаю

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



МЕНЮ

13 сентября 2022 г.

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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	170	4,8	6,4	16,6	143	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	31/7	2,1	4,5	14,2	106	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,8	32	0,03
Итого			408	7	10,9	38,6	281	0,63
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,3	0,1	6,6	28	1,3
Итого			100	0,3	0,1	6,6	28	1,3
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	42	0,7	1,6	2,9	29	5,9
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	200/10	4,7	4,4	18,9	137	6,1
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С СОУСОМ	150/20	5,3	4,3	24,8	159	0,31
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	52	6,7	8,9	10,2	147	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,5	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,5	99	0
Итого			702	20,6	19,6	84,8	601	12,91
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	47	2,8	1	28,6	136	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	83	2,3	2	3,2	43	0,2
Итого			130	5,1	3	31,8	179	0,2
Ужин								
2008	156	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	62/5	7,8	4,9	24	172	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36					0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	46	0,2	0,2	4,5	22	4,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,8	4,1	14,2	110	0,7
Итого			349	11,8	9,2	42,7	304	5,3
Всего				44,8	42,8	204,5	1393	20,34

Стоимость: 151 рубль

Ответственный:  Моисеева Т.А.