

Утверждаю

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

МЕНЮ 13 октября 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	102	8,3	16,4	2	188	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	29	0,6	0,1	3,1	14	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	44/4/12	4,8	6,9	14,9	142	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	5	5,2	16,5	134	0,9
Итого			361	18,7	28,6	36,5	478	1,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	78	0,5	0,1	10	43	2
Итого			78	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	43	0,4	1,6	3,4	31	1,2
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	192/8	2,9	2,5	15,7	98	17,3
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	56	9,3	9,4	11	166	0,4
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	117	2,4	2,8	20,1	116	10,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,8	95	0
Итого			643	18,1	16,7	77,8	537	29,3
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	69	4,7	4,3	27,3	166	7,3
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	101	2,9	2,5	4,2	54	0,3
Итого			170	7,6	6,8	31,5	220	7,6
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	84/9	7,6	5,7	20,8	167	0,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	64	0,3	0,3	6,1	29	2,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2	0,2	13,6	64	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,1	29	0,03
Итого			385	10,1	6,2	47,6	289	2,73
Всего				55	58,4	203,4	1567	43,33

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.