

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №350" городского округа Самара

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

13 ноября 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,9	6,7	22,4	175	0,7
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	41/12	2,4	0,9	22,9	108	3,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		8,1	33	0,03
Итого			413	8,5	7,6	53,4	316	4,53
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	86	0,5	0,1	10	44	2
Итого			86	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	55	0,9	2,2	4	41	7,4
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	194/9	2,8	2,4	15,8	100	12,6
2008	314	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	63	9,7	11,7	10	184	1
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	141	4,5	3,3	28,7	163	0,63
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,7	104	0
Итого			693	21,3	20	88	623	21,63
Полдник								
2008	464	БУЛОЧКА "ЛЮБАВА"	51	4,3	4,7	29,5	177	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	101	2,9	2,5	4,2	54	0,3
Итого			152	7,2	7,2	33,7	231	0,3
Ужин								
2008	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	97	9,6	6,7	4,7	119	1,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	19,3	91	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,7	5	16,1	130	0,8
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	73	0,3	0,3	7	33	2,9
Итого			408	17,5	12,2	47,1	373	5,2
Всего				55	47,1	232,2	1587	33,66

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.