

Утверждаю

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

МЕНЮ 14 января 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	5,4	5,5	25,8	175	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/12	4,2	7,3	14,6	142	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		7,8	32	0,2
Итого			418	9,8	12,8	48,2	349	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	62	0,5	0,1	10	43	2,02
Итого			62	0,5	0,1	10	43	2,02
Обед								
2008	44	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (2-И ВАРИАНТ)	35	0,6	4,9	3	60	7,4
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	4,1	6,2	12,8	127	12,5
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	44	6	12,5	4,1	153	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	115	3,2	3,8	22,8	138	11,3
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	15,3	63	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	92	0
Итого			627	17,2	27,9	77,1	633	31,2
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	42	2,2	0,8	25,9	119	6,69
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	89	2,5	2,1	3,6	47	0,1
Итого			131	4,7	2,9	29,5	166	6,79
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВО- ТВОРОЖНАЯ	125	5,2	3,6	17,7	124	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,7	69	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	46	0,2	0,2	4,5	22	4,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	127	3,4	3,7	12,7	98	0,6
Итого			327	11	7,7	49,6	313	5,2
Всего				43,2	51,4	214,4	1504	45,81

Стоимость - 151 руб.
Ответственный - Маф Лисицеева Т.А.