

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ
14 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,2	6,3	22,2	163	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	43/12/4	2,2	3,8	21,5	129	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,4	2,5	12,1	81	0,43
Итого			419	8,8	12,6	55,8	373	0,93
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	57	0,2	0,2	5,4	26	2,3
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	44	2
Итого			139	0,7	0,3	15,4	70	4,3
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	49	0,5	2,2	1,7	30	8,5
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	198/8	2,7	2,2	16,8	101	7,2
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	58	11,2	12,5	9,1	193	0,7
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	119	13,7	2,4	28,6	190	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,6	39	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			661	31,4	19,8	86,5	653	17,1
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	50	3,5	4,5	32,7	184	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	90	2,5	2,1	3,5	46	0,2
Итого			140	6	6,6	36,2	230	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	40	6,8	2,9	7,8	85	0,8
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	115	1,9	2,1	12,7	79	6,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,6	0,2	17,6	83	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	11	46	36,4
Итого			391	11,5	5,3	49,1	293	44,1
Всего				58,4	44,6	243	1619	66,63

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.