

Утверждаю

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



МЕНЮ

14 апреля 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	101	7,5	16,6	2,2	188	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	31	0,6	0,1	3,3	15	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	42/4/12	4,7	7,3	13,7	140	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	198	5,6	6,1	17,3	149	1
Итого			388	18,4	30,1	36,5	492	1,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	88	0,5	0,1	10	43	2
Итого			88	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	44	0,5	1,6	3,5	32	1,1
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/8	5,6	5	15	129	14,7
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	59	8,8	9,6	6,3	147	0,3
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	117	2,5	3,3	20,3	122	10,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,7	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,4	19,3	93	0
Итого			654	20,4	19,9	72,1	554	26,4
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	4,1	4,9	23,3	153	5,5
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,%)	125	3,6	3,1	5,2	67	0,4
Итого			195	7,7	8	28,5	220	5,9
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	89/9	8	6,1	16,6	155	0,2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	66	0,3	0,3	6,3	30	2,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,6	78	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7	29	0,03
Итого			398	11	6,6	46,5	292	2,83
Всего				58	64,7	193,6	1601	38,93

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.