

Утверждаю

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

МЕНЮ

14 сентября 2022 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерг е- тичес кая ценн ость, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,4	5,9	18,9	148	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35/12	3,9	5,9	14	125	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	149	3,6	3,8	13,2	103	0,6
Итого			376	11,9	15,6	46,1	376	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	65	0,5	0,1	10	43	2,02
Итого			65	0,5	0,1	10	43	2,02
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	33	0,3	1,6	1,1	20	3
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	200/8	3,6	2,9	13,2	96	11,1
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	105	8,4	6,9	19,8	175	10,2
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	14,8	61	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	98	0
Итого			574	15,8	11,9	69,2	450	24,3
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	50	4,1	4	29,2	169	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	82	2,3	1,9	3,3	43	0,1
Итого			132	6,4	5,9	32,5	212	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	59/10	8,7	6,7	17,8	168	0,13
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	46	0,2	0,2	4,4	21	1,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,6	0,2	17,4	82	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		8,1	33	0,32
Итого			351	11,6	7,1	47,7	304	2,25
Всего				46,2	40,6	205,5	1385	29,77

Стоимость: 151 рубль

Ответственный:  Моисеева Т.А.