

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад общеразвивающего вида №350" городского округа Самара

/Баландина О.В./

МЕНЮ
14 октября 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	101	8	16,9	2	192	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	4,3	6,5	14,6	136	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	166	4,8	5,1	16,1	131	0,9
Итого			356	17,7	28,6	36	474	1,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	80	0,5	0,1	10	43	2,02
Итого			80	0,5	0,1	10	43	2,02
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	44	0,4	1,8	3,4	33	1,2
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/8	4,7	4,4	15,4	122	15,4
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	52	6,7	8	6,6	124	0,3
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	120	2,5	3,3	20,9	124	10,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	97	0
Итого			652	17,5	17,9	74,4	531	27,5
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	4,3	4,8	23,9	156	5,9
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	85	2,5	2,1	3,6	46	0,3
Итого			155	6,8	6,9	27,5	202	6,2
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	73/9	6,8	4,9	21,9	160	0,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	58	0,2	0,2	5,5	27	2,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,6	0,2	17,6	83	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,1	29	0,03
Итого			376	9,8	5,3	52,1	299	2,43
Всего				52,3	58,8	200	1549	39,85

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: *Моисеева Т.А.* Моисеева Т.А.