

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

14 ноября 2022 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическ ая ценно сть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,9	6,3	22,8	172	0,7
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	44/12	2,2	0,8	26,4	120	6,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,3		8,7	36	0,05
Итого			416	8,4	7,1	57,9	328	7,35
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	79	0,5	0,1	10	44	2,04
Итого			79	0,5	0,1	10	44	2,04
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	55	0,9	1,7	4,1	37	7,6
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	191/9	4,2	4,4	14,6	119	12,3
2008	314	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	59	8,6	11	6,4	160	0,9
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	139	4,3	3,8	27,5	162	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,2	33	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	97	0
Итого			681	21,2	21,3	81,1	608	21,4
Полдник								
2008	464	БУЛОЧКА "ЛЮБАВА"	50	4,1	4,1	29,1	170	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	109	3,1	2,7	4,6	59	0,3
Итого			159	7,2	6,8	33,7	229	0,3
Ужин								
2008	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	91	9,4	6	4,4	110	1,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	19,1	90	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,6	3,8	14,5	108	0,6
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	59	0,2	0,2	5,6	27	2,4
Итого			388	16,1	10,2	43,6	335	4,3
Всего				53,4	45,5	226,3	1544	35,39

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.