

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

14 декабря 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6	6,4	29,5	201	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	42/12/6	2	4,9	20,3	133	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,5	4,7	15,7	124	0,8
Итого			420	12,5	16	65,5	458	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	79	0,5	0,1	10	44	2
Итого			79	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	50	0,5	1,8	3,4	34	1,2
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/16	5,4	1,8	23,7	131	6,4
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	32/6	9	11,6	1,8	151	1,4
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,7	2,5	28,7	148	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,4	19,3	93	0
Итого			680	20,6	18,1	84,9	589	9
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	4,2	2,2	28	147	2,95
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	107	3	2,6	4,2	55	0,3
Итого			177	7,2	4,8	32,2	202	3,25
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	97	7	6,7	4,2	106	3,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,9	94	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	60	0,2	0,2	5,7	28	2,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,3	30	0,03
Итого			397	10,4	7,1	37,1	258	5,63
Всего				51,2	46,1	229,7	1551	21,18

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.