

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

15 марта 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,1	6,9	21,5	170	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	39/12	4,7	7,6	14,3	145	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	162	4	4,3	13,9	111	0,7
Итого			393	13,8	18,8	49,7	426	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	87	0,5	0,1	10	43	2
Итого			87	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	41	0,4	1,9	1,4	24	3,8
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	200/8	4,6	5	15,4	128	13,1
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	123	10,6	8,8	22,4	210	11,5
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	16,1	67	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,4	19,3	93	0
Итого			598	18,9	16,2	74,6	522	28,4
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	50	4,1	4,1	29	170	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	116	3,3	2,8	4,8	61	0,1
Итого			166	7,4	6,9	33,8	231	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	67/10	9,5	7,3	23,5	199	0,14
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	71	0,3	0,3	6,8	33	2,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,5	0,2	16,8	79	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		8,3	34	0,32
Итого			383	12,4	7,8	55,4	345	3,26
Всего				53	49,8	223,5	1567	35,06

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.