

Утверждаю

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

Заведующий

Баландина О.В./

МЕИЮ

15 июня 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,6	4,8	28,2	179	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	35/12/6	1,7	2,6	18,4	104	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,2	4,4	15,3	118	0,7
Итого			413	11,5	11,8	61,9	401	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	66	0,5	0,1	10	44	2
Итого			66	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	45	0,4	2,4	3,1	37	1
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/11	6,6	3,7	21,2	145	5,1
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	33/7	6,9	10,1	1,8	128	1,2
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,5	2,6	26,8	141	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,5	99	0
Итого			674	19,6	19,2	81,4	582	7,3
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	4,2	1,4	28	141	2,16
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	89	2,5	2,1	3,4	46	0,2
Итого			159	6,7	3,5	31,4	187	2,36
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	87	7,6	7,3	2,9	109	1,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	0,2	18,5	87	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	47	0,2	0,2	4,5	21	1,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,3	30	0,03
Итого			371	10,8	7,7	33,2	247	3,53
Всего				49,1	42,3	217,9	1461	16,39

Стоимость пеньки 179 рублей.