

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

16 февраля 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,7	6,6	23,6	175	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	51/12/4	2,3	3,7	27,1	152	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,9	12,5	88	0,53
Итого			427	9,7	13,2	63,2	415	1,23
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	75	0,3	0,3	7,2	34	3
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	44	2
Итого			157	0,8	0,4	17,2	78	5
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50	0,5	2,3	1,8	31	8,8
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	4,3	4,8	16,9	133	7,5
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	59	9,9	12	8,8	182	0,6
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	124	13,9	4,3	28,9	210	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,5	39	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			671	32	23,9	87,1	697	17,6
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	52	3,9	4,8	32,5	187	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	114	3,2	2,8	4,5	59	0,3
Итого			166	7,1	7,6	37	246	0,3
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	44	8,2	3,1	5,4	83	0,8
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	104	1,8	2,3	11,8	77	6,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,3	19,7	93	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	12,2	52	50,8
Итого			388	13,3	5,8	49,1	305	57,7
Всего				62,9	50,9	253,6	1741	81,83

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.