

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

16 октября 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,9	6,7	22,5	175	0,7
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	41/12	2,4	0,9	22,9	108	3,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,7	36	0,03
Итого			413	8,4	7,6	54,1	319	4,53
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	86	0,5	0,1	10	44	2
Итого			86	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	55	0,9	2,1	4,1	41	7,6
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	191/9	2,7	2,6	14,9	96	12
2008	314	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	63	9,7	11,7	9,9	183	1
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	4,5	3,4	28,5	163	0,65
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,4	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,7	104	0
Итого			689	21,2	20,2	87,5	621	21,25
Полдник								
2008	464	БУЛОЧКА "ЛЮБАВА"	50	4,1	4,6	29	173	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	100	2,9	2,5	4,2	54	0,3
Итого			150	7	7,1	33,2	227	0,3
Ужин								
2008	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	94	9	6,2	4,7	113	1,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	19,1	90	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,9	4,2	15,4	117	0,7
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	73	0,3	0,3	6,9	33	2,9
Итого			405	16,1	10,9	46,1	353	5
Всего				53,2	45,9	230,9	1564	33,08

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.