

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

16 ноября 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	5,6	6,6	27,6	193	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	44/12/6	2,1	5,1	21,4	140	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,5	4,8	15,9	125	0,8
Итого			422	12,2	16,5	64,9	458	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	44	2
Итого			82	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	62	0,6	2	4,3	40	1,5
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	201/16	5,5	1,8	23,6	133	6
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	35/7	10,1	13	2	168	1,4
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,7	2,4	29,1	149	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,1	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	97	0
Итого			699	22,1	19,6	87,4	619	8,9
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	4,3	2,3	28,8	153	2,18
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	98	2,7	2,4	3,8	51	0,3
Итого			168	7	4,7	32,6	204	2,48
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	101	7,3	7,1	4,4	112	3,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,4	0,2	16	76	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	77	0,3	0,3	7,3	35	3,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,2	29	0,03
Итого			410	10,2	7,6	34,9	252	6,53
Всего				52	48,5	229,8	1577	21,21

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:  Моисеева Т.А.