

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад общеразвивающего вида №350" городского округа Самара
/Баландина О.В./

МЕНЮ
17 февраля 2023 г.
Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическ ая ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	107	8,7	16,8	2	194	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	31	0,6	0,1	3,3	15	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	43/4/12	4,9	7,1	14,2	141	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	177	5	5,5	17,4	140	0,9
Итого			374	19,2	29,5	36,9	490	1,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	76	0,5	0,1	10	43	2
Итого			76	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	42	0,5	1,8	3,4	32	1,2
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/8	5,1	4,7	14,6	123	14,3
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	56	8,4	8,9	7,2	143	0,2
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	120	2,5	3	20,7	121	10,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,5	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	3,6	0,5	23,1	111	0
Итого			660	20,1	18,9	77,5	564	26,4
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	4,5	4,4	24,6	155	6,86
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	125	3,6	3,1	5,2	67	0,4
Итого			195	8,1	7,5	29,8	222	7,26
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	89/9	7,3	5,7	21,6	168	0,2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	66	0,3	0,3	6,3	30	2,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,4	0,2	16,2	77	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,7	31	0,04
Итого			397	10,2	6,2	51,8	306	2,84
Всего				58,1	62,2	206	1625	40,2

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:  Моисеева Т.А.