

Утверждаю

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

МЕНЮ 17 марта 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	100	8,2	15,9	1,9	183	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	33	0,7	0,1	3,6	16	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	39/4/12	4,1	6,1	13,4	125	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	161	4,7	5	15,7	127	0,8
Итого			349	17,7	27,1	34,6	451	1,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	84	0,5	0,1	10	43	2
Итого			84	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	44	0,5	1,5	3,5	30	1,1
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/8	5,1	4,3	15,5	122	14,8
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	55	7,6	8,2	8,2	136	0,3
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	123	2,6	2,9	21,3	122	10,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,6	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,8	91	0
Итого			654	18,7	17,3	74,9	531	27,1
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	69	4,3	4,1	25	154	5,43
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	99	2,9	2,5	4,2	53	0,3
Итого			168	7,2	6,6	29,2	207	5,73
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	69/9	6,4	4,8	20,7	153	0,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	69	0,3	0,3	6,5	31	2,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,4	0,2	16,1	76	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,8	28	0,02
Итого			380	9,2	5,3	50,1	288	2,92
Всего				53,3	56,4	198,8	1520	39,35

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: *о.в.в.*

Моисеева Т.А.