

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

18 января 2024 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,8	7,3	24,1	183	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	43/12/4	2,1	4,1	21,7	133	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,8	3	12,5	89	0,53
Итого			419	9,7	14,4	58,3	405	1,23
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	59	0,2	0,2	5,5	27	2,4
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,5	0,1	10	44	2
Итого			140	0,7	0,3	15,5	71	4,4
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	55	0,6	2,3	2	31	9,4
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	213/8	3,4	2,7	20,5	123	8,7
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	64	12	13	10,3	208	0,8
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	121	14	2,5	29,3	195	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,6	40	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,8	95	0
Итого			688	33,2	21	91,5	692	19,7
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	51	3,5	4,9	32,5	187	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	104	2,9	2,5	4,1	53	0,3
Итого			155	6,4	7,4	36,6	240	0,3
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	42	8	3,1	5,6	82	0,7
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	109	1,8	2,3	11,6	76	6,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,2	0,2	14,9	71	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,4	48	42,6
Итого			382	12,3	5,7	43,5	277	49,7
Всего				62,3	48,8	245,4	1685	75,33

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

М.А. Моисеева

Моисеева Т.А.