

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад общеразвивающего вида №350" городского округа
г.о. Самара

Заведующий
/Баландина О.В./

МЕНЮ

18 февраля 2022 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энер- ге- тиче- ская ценн- ость, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	7,8	16,9	1,8	191	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	28	0,6	0,1	3	14	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	45/4/12	4,8	7,5	15,5	149	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	147	4,3	4,6	14,7	118	0,8
Итого			336	17,5	29,1	35	472	1,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10	43	2,02
Итого			100	0,5	0,1	10	43	2,02
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	50	0,5	1,6	3,6	33	1,2
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/8	4,9	4,5	15,3	124	15,9
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	51	6,9	7,8	7	126	0,2
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	115	2,4	3	20	117	10,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,5	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,4	19,4	94	0
Итого			650	17,7	17,3	72,8	524	27,5
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	3,9	4,2	23,2	148	6,2
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5 %)	115	3,3	2,9	4,8	62	0,3
Итого			185	7,2	7,1	28	210	6,5
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	86/9	7,7	6,1	19,2	166	0,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	51	0,2	0,2	4,9	23	2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,7	79	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,8	28	0
Итого			380	10,5	6,5	47,6	296	2,1
Всего				53,4	60,1	193,4	1545	39,72

Стоимость: 151 рубль

Ответственный: *Моисеева Т.А.* Моисеева Т.А.