

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

18 июля 2023 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	170	4,5	6,5	16,6	143	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	37/7	2,4	5,1	16,7	124	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		8,2	33	0,05
Итого			414	7,1	11,6	41,5	300	0,55
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	70	0,3	0,1	7	30	1,4
Итого			70	0,3	0,1	7	30	1,4
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	52	0,9	2,1	3,5	37	7,7
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	200/10	5,7	5,8	19,8	160	6,5
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С СОУСОМ	150/20	6,1	4,9	28,2	182	0,55
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	64	8,9	12,3	13,1	198	1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,7	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,7	80	0
Итого			715	24,2	25,4	89	688	15,75
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	55	2,4	1,2	33,8	155	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	84	2,3	2	3,2	43	0,2
Итого			139	4,7	3,2	37	198	0,2
Ужин								
2008	156	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	80/5	9,8	6,1	33,4	229	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28					0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	61	0,2	0,2	6	29	6,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,5	3,6	14,2	104	0,6
Итого			374	13,5	9,9	53,6	362	6,7
Всего				49,8	50,2	228,1	1578	24,6

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.