

Утверждено

МБДОУ "Детский сад общеразвивающего вида №350" городского округа Самара
Заведующий
/Баландина О.В./**МЕНЮ**
18 октября 2022 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерг е- тическ ая ценно сть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	180	5,5	7,5	26,3	196	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	38/7	2,5	5,6	17,3	130	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	169	3,6	3,9	12,3	100	0,6
Итого			394	11,6	17	55,9	426	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	79	0,5	0,1	10	44	2,04
Итого			79	0,5	0,1	10	44	2,04
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	47	0,7	1,4	5,1	36	1,8
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200/8	4,1	4	13,4	110	13,7
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	129	9,5	10,2	11,3	177	21,6
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	15,7	65	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			613	17,8	16,1	66,2	488	37,1
Полдник								
2008	483	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	50	3,5	5,7	31,5	191	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	118	6	0,2	8	62	2
Итого			168	9,5	5,9	39,5	253	2
Ужин								
2008	233	МОРКОВНЫЕ СЫРНИКИ С ПОВИДЛОМ	82/9	9,8	10,7	32,1	266	0,5
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	69	0,3	0,3	6,8	33	6,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,8	0,2	18,2	86	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		7,2	29	0,23
Итого			396	13	11,2	64,3	414	7,63
Всего				52,4	50,3	235,9	1625	49,97

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:  Моисеева Т.А.