

Утверждаю

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

МЕНЮ
18 ноября 2022 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	5,6	5,7	26,9	182	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/12	4,8	9,1	11,6	148	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		7,9	33	0,33
Итого			418	10,6	14,8	46,4	363	0,73
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	80	0,5	0,1	10	43	2,02
Итого			80	0,5	0,1	10	43	2,02
Обед								
2008	44	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (2-Й ВАРИАНТ)	44	0,8	2,1	3,7	38	9,9
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	5,8	5,7	16,5	145	15,8
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	9,4	10,5	7,8	163	0,2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	145	4,2	4	27,3	163	13,1
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	15,8	66	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,4	19,3	93	0
Итого			683	23,5	22,8	90,4	668	39
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	49	2,6	1	30,5	141	7,89
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	118	3,3	2,8	4,8	62	0,2
Итого			167	5,9	3,8	35,3	203	8,09
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВО- ТВОРОЖНАЯ	130	5,2	4,6	22,1	150	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	64	0,3	0,3	6,2	30	6,4
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	176	5,3	5,6	15,7	136	0,9
Итого			405	13,5	10,7	61,6	399	7,3
Всего				54	52,2	243,7	1676	57,14

Стоимость меню 179 рублей