

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 января 2022 г. г.о. Самара

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выхо д	Химический состав			Энерг е- тичес кая ценно сть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,8	6	20,9	158	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	42/12	5,1	6,9	16,2	149	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	156	3,7	4	13,2	105	0,6
Итого			390	13,6	16,9	50,3	412	1,2
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	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	52	0,5	1,7	1,5	25	3
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	200/8	3,9	3,3	14,1	104	10,5
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	112	8,9	7,4	21,6	191	11
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	14,8	61	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,4	98	0
Итого			600	16,8	12,9	72,4	479	24,5
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	49	4,1	4,5	28,7	170	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	109	3,1	2,6	4,5	57	0,1
Итого			158	7,2	7,1	33,2	227	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	70/10	10,6	8,2	19,9	197	0,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	46	0,2	0,2	4,4	21	1,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,2	0,2	14,9	71	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		7,7	32	0,2
Итого			357	13,1	8,6	46,9	321	2,1
Всего				51,2	45,6	212,8	1482	29,92

Стоимость - 151 руб.
Отвечает за меню: Мухоморова Т.П.