

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

19 августа 2022 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерг е- тичес кая ценно сть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	6,1	13,6	1,9	154	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	21	0,4		2,2	10	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	42/4/12	4,2	5,5	15,5	129	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	172	5,1	5,3	16,3	135	0,9
Итого			336	15,8	24,4	35,9	428	1,5
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	31	0,3	1,6	2,3	27	0,8
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/8	4,9	4,7	12,8	117	12,4
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	53	8,1	8,8	4,9	130	0,2
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	107	2,2	3	18,4	110	9,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,5	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,2	78	0
Итого			617	18	18,4	62,1	492	23
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	4,2	5,1	24,4	160	4,96
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	116	3,4	2,9	4,9	63	0,3
Итого			186	7,6	8	29,3	223	5,26
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	84/9	9	6,3	15,6	158	0,2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	53	0,2	0,2	5	24	2,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,1	0,2	13,9	65	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,1	29	0,04
Итого			374	11,5	6,7	41,6	276	2,34
Всего				53,4	57,6	178,9	1462	34,12

Стоимость: 151 рубль

Ответственный: Моисеева Т.А.