

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

19 октября 2023 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,6	6,2	26,9	187	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	45/12/6	2,3	4,9	22,3	143	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,5	4,7	15,6	123	0,8
Итого			423	12,4	15,8	64,8	453	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	76	0,5	0,1	10	44	2
Итого			76	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	56	0,6	1,9	3,9	37	1,3
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	204/16	5,5	1,9	23,5	133	6,1
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	32/6	7,8	10,3	2,2	135	1,5
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,7	2,6	28,3	148	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,9	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3,5	0,5	22,6	109	0
Итого			697	20,1	17,2	88,4	594	8,9
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	4	1,8	27,5	142	2,21
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	105	3	2,5	4,1	54	0,3
Итого			175	7	4,3	31,6	196	2,51
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	92	6,6	6,4	4,1	101	3,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	73	0,3	0,3	6,9	33	2,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,3	30	0,03
Итого			405	10,2	6,9	38,4	259	6,03
Всего				50,2	44,3	233,2	1546	20,74

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.