

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

21 декабря 2021 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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	170	4,6	6,6	15,7	141	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	36/7	2,4	4,9	16,2	119	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,7	31	0
Итого			413	7,2	11,5	39,6	291	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,3	0,1	6,1	26	1,2
Итого			100	0,3	0,1	6,1	26	1,2
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	46	0,8	1,5	3,2	31	7,1
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	200/10	3,6	3,7	15,3	111	4,7
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С СОУСОМ	150/20	5,6	4,5	25,9	165	0,2
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	47	5	8	9,1	128	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,3	29	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,8	91	0
Итого			697	17,9	18,1	79,6	555	12,5
Полдник								
2008	446	ОЛАДЬИ С ЯБЛОКАМИ	48	3,6	5,7	16,6	133	0,6
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	88	2,5	2,1	3,4	45	0,2
Итого			136	6,1	7,8	20	178	0,8
Ужин								
2008	156	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/5	7,4	4,9	22,1	164	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28					0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	46	0,2	0,2	4,5	22	4,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,5	2,7	11,8	82	0,4
Итого			379	10,1	7,8	38,4	268	5
Всего				41,6	45,3	183,7	1318	20,1

Стоимость - 134.00 руб.
Ответственный - Мел-Мелеева Т.А.