

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

21 марта 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	180	5,6	7,5	24	185	0,7
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	37/7	2,5	4,9	17	122	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	178	3,9	4,2	12,8	106	0,7
Итого			402	12	16,6	53,8	413	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	90	0,5	0,1	10	44	2
Итого			90	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	44	0,6	1,5	4,8	36	1,6
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200/8	3,8	3,9	10,7	95	11,9
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	122	10	11	10,6	181	19,7
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	15,5	64	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	97	0
Итого			602	17,9	16,9	61,9	473	33,2
Полдник								
2008	483	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	50	3,5	5,9	31,6	193	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	127	6	0,2	8	62	2
Итого			177	9,5	6,1	39,6	255	2
Ужин								
2008	233	МОРКОВНЫЕ СЫРНИКИ С ПОВИДЛОМ	82/9	9,8	10,2	34,3	271	0,5
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,6	32	6,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,8	84	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		7,3	30	0,33
Итого			394	12,9	10,7	66	417	7,63
Всего				52,8	50,4	231,3	1602	46,23

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.