

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

21 июня 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,4	6,5	22,3	170	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35/12	3,9	5,9	13,8	125	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	175	4,6	4,8	14,5	120	0,8
Итого			402	13,9	17,2	50,6	415	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	77	0,5	0,1	10	43	2
Итого			77	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	39	0,4	1,9	1,4	25	3,5
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	200/8	4,7	5,4	14,5	130	12,7
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	125	11,7	9,9	21,4	222	11,1
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	15,5	64	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,8	91	0
Итого			596	20	17,7	71,6	532	27,3
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	50	4,3	4,6	28,9	173	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	104	2,9	2,5	4,3	54	0,1
Итого			154	7,2	7,1	33,2	227	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	67/10	10,2	7,6	20,4	191	0,15
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,4	31	2,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,5	0,2	16,9	80	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		8,2	34	0,44
Итого			380	13,2	8,1	51,9	336	3,29
Всего				54,8	50,2	217,3	1553	34,19

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.