

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

21 июля 2023 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	97	8,3	15,7	1,7	181	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	24	0,5		2,5	12	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	37/4/12	3,7	5,1	13,5	116	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	139	4,2	4,4	15,6	119	0,7
Итого			313	16,7	25,2	33,3	428	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	75	0,5	0,1	10	43	2
Итого			75	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	44	0,5	1,6	3,4	32	1,1
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/8	5,7	5,3	14,3	130	12,6
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	62	9,6	10	6,9	156	0,3
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	117	2,4	3,1	20,1	119	10,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,7	85	0
Итого			653	21	20,4	70,4	554	24,3
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	4,5	4,8	24,2	158	7,18
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	90	2,6	2,3	3,8	49	0,3
Итого			160	7,1	7,1	28	207	7,48
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	84/9	9	5,8	21	176	0,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	55	0,2	0,2	5,2	25	2,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,5	31	0,05
Итого			378	11,6	6,2	48,3	301	2,35
Всего				56,9	59	190	1533	37,53

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.