

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

21 октября 2022 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	5,7	5,6	26,9	182	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	41/6/12	4,7	8,6	12,7	148	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3		8,8	37	0,36
Итого			419	10,7	14,2	48,4	367	0,76
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	43	2,02
Итого			82	0,5	0,1	10	43	2,02
Обед								
2008	44	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (2-Й ВАРИАНТ)	44	0,8	2,2	3,8	40	9,2
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	5,8	5,3	17,5	145	17,6
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	58	8,4	10	7,1	152	0,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	4	4	27,5	162	13,4
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	17	71	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			680	22,6	22	94,1	672	40,5
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	48	2,5	1	29,3	135	7,57
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	127	3,6	3,1	5,1	66	0,2
Итого			175	6,1	4,1	34,4	201	7,77
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВО- ТВОРОЖНАЯ	136	7	6	17,5	153	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	19,1	90	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	60	0,2	0,2	5,9	28	6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	167	5	5,2	15,7	132	0,8
Итого			401	15,1	11,6	58,2	403	6,8
Всего				55	52	245,1	1686	57,85

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моф

Моисеева Т.А.