

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №350" городского округа Самара
/Баландина О.В./

МЕНЮ **21 декабря 2023 г.**

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выхо д	Химический состав			Энерге- тическа я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,3	6,3	23,2	168	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	42/12/4	2,2	3,6	21	126	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,5	2,6	11,9	81	0,43
Итого			418	9	12,5	56,1	375	0,93
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	56	0,2	0,2	5,3	26	2,2
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	44	2
Итого			138	0,7	0,3	15,3	70	4,2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50	0,5	2,2	1,8	30	8,5
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	206/8	2,9	2,4	19,4	116	8,6
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	56	9,5	10,9	9,1	172	0,7
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	123	14,2	2,7	29,6	200	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,4	38	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			672	30,4	18,7	90	656	18,5
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	53	3,6	5,3	32,5	192	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	95	2,7	2,3	3,7	49	0,3
Итого			148	6,3	7,6	36,2	241	0,3
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	45	7,3	3,1	8,4	91	1,1
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	109	1,8	2,3	12	78	6,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,1	80	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,4	49	43,5
Итого			389	12	5,7	48,9	298	51,3
Всего				58,4	44,8	246,5	1640	75,23

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.