

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

22 ноября 2022 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическ ая ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	170	5,2	7,3	17,4	158	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	36/7	2,4	5,3	16,2	123	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,7	31	0,03
Итого			413	7,8	12,6	41,3	312	0,63
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,4	0,1	8,4	36	1,7
Итого			83	0,4	0,1	8,4	36	1,7
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	1,9	3,5	36	8
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	200/10	5,4	5,3	19,7	153	7
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С СОУСОМ	150/20	5,1	5,1	23,9	161	0,34
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	58	7,8	11,5	10,2	176	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,4	29	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,2	93	0
Итого			713	22,1	24,2	83,9	648	16,04
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	52	3	1,3	32,1	151	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	134	3,8	3,3	5,2	69	0,4
Итого			186	6,8	4,6	37,3	220	0,4
Ужин								
2008	156	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	73/5	9,5	6,1	25,8	197	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37					0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	58	0,2	0,2	5,7	27	5,8
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,9	5,1	15,7	129	0,8
Итого			373	14,6	11,4	47,2	353	6,7
Всего				51,7	52,9	218,1	1569	25,47

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: *Моисеева Т.А.* Моисеева Т.А.