

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 декабря 2021 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	3,8	5,3	21	148	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	44/12/4	2,3	3,3	23	131	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,1	2,1	11	72	0,4
Итого			420	8,2	10,7	55	351	0,9
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	50	0,2	0,2	4,5	21	1,9
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10	44	2,04
Итого			150	0,7	0,3	14,5	65	3,94
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	45	0,4	2,7	1,5	32	6,2
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	3,3	4,2	14,2	112	6,4
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	44	6,9	9,7	7,4	143	0,5
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	134	11,4	3,5	24	174	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180			8,4	34	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,5	104	0
Итого			662	25,4	20,5	77	599	13,5
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	48	3,5	4,5	30,7	177	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	86	2,4	2,1	3,4	44	0,2
Итого			134	5,9	6,6	34,1	221	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	50	4,9	3	5,5	69	0,5
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	92	1,7	3	11,1	80	5,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,1	0,2	13,9	65	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	10,2	43	33,9
Итого			370	8,9	6,3	40,7	257	40
Всего				49,1	44,4	221,3	1493	58,54

Стоимость 134.00 руб.
Ответственный Шеф-повар Моисеева М.А.