

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

23 января 2023 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,7	6,1	21,9	165	0,7
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	44/12	2,3	0,8	25,9	119	6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		8,3	34	0,05
Итого			416	8,2	6,9	56,1	318	6,75
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	44	2
Итого			82	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	57	0,9	2,1	4,1	41	7,9
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	191/9	4	4,5	14,9	120	12,4
2008	314	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	57	7,9	10,7	7,8	160	0,7
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	144	4,5	4,1	28,8	170	0,53
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,5	0,5	22,1	107	0
Итого			690	20,8	21,9	85,5	629	21,53
Полдник								
2008	464	БУЛОЧКА "ЛЮБАВА"	50	4,1	3,9	29,2	168	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	129	3,7	3,2	5,4	70	0,4
Итого			179	7,8	7,1	34,6	238	0,4
Ужин								
2008	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	92	10	6,2	4,2	112	1,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,1	0,3	20,5	97	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,4	4,8	15,4	123	0,8
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	63	0,3	0,3	6	29	2,5
Итого			396	17,8	11,6	46,1	361	4,7
Всего				55,1	47,6	232,3	1590	35,38

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

clef

Моисеева Т.А.