

Утверждаю

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



МЕНЮ

23 марта 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,5	6,3	31,1	208	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	49/12/6	2,1	4,2	25,8	150	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,8	5,1	16,2	132	0,9
Итого			427	13,4	15,6	73,1	490	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,5	0,1	10	44	2
Итого			81	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	52	0,5	1,9	3,7	36	1,3
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/15	7,5	4,9	22,9	167	6
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	38/6	8,8	11,5	1,9	150	1,4
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,6	3,5	27,3	151	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			691	22,7	22,2	84,8	637	8,7
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	4	2,2	27,3	145	2,35
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	138	3,9	3,4	5,3	71	0,4
Итого			208	7,9	5,6	32,6	216	2,75
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	100	8,8	7,5	3,4	118	1,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,8	0,2	18,3	86	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,4	31	2,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0,03
Итого			404	12	8	35,2	264	4,53
Всего				56,5	51,5	235,7	1651	19,48

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

М.А. Моисеева

Моисеева Т.А.