

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 июня 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	7,9	15	2	174	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	23	0,5		2,4	11	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	37/4/12	3,6	5,2	13,6	116	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	182	5,3	5,6	17,2	142	1
Итого			358	17,3	25,8	35,2	443	1,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	75	0,5	0,1	10	43	2
Итого			75	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	38	0,4	1,6	3	28	1
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/8	5,1	4,6	14,5	122	13,7
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	58	8,3	8,4	8,6	144	0,2
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	121	2,5	2,7	21	119	10,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,9	0,4	18,4	88	0
Итого			648	19,2	17,7	73,4	532	25,7
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	4,2	4,3	23,9	151	5,42
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	102	3	2,5	4,3	55	0,3
Итого			172	7,2	6,8	28,2	206	5,72
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	79/9	7,1	5,6	20,6	163	0,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	61	0,2	0,2	5,8	28	2,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,5	78	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,4	30	0,04
Итого			383	10	6	50,3	299	2,54
Всего				54,2	56,4	197,1	1523	37,56

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Мойсеева Т.А.

Мойсеева Т.А.