

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

23 ноября 2022 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,4	7,1	22,5	177	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	39/12	4,7	7,7	14,1	145	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	171	4,4	4,6	14,2	116	0,7
Итого			402	14,5	19,4	50,8	438	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	78	0,5	0,1	10	43	2,02
Итого			78	0,5	0,1	10	43	2,02
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	41	0,4	1,6	1,5	22	3,7
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	200/8	4,5	6	15,7	137	11,2
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	139	11,4	9,1	25,8	230	13,3
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	15,5	64	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	3,6	0,5	22,9	110	0
Итого			622	20,2	17,3	81,4	563	28,2
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	50	4,2	4,2	29	171	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	127	3,6	3,1	5,1	66	0,2
Итого			177	7,8	7,3	34,1	237	0,2
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	72/10	10,8	7,3	23,1	204	0,14
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	62	0,2	0,2	5,9	28	2,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,7	79	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		8	33	0,33
Итого			378	13,7	7,7	53,7	344	2,97
Всего				56,7	51,8	230	1625	34,69

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: *sluf*

Моисеева Т.А.