

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

25 ноября 2022 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	101	8	15,8	2	181	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	33	0,7	0,1	3,6	16	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	41/4/12	4,5	6,8	13,8	135	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	179	5,2	5,5	17,2	141	0,9
Итого			370	18,4	28,2	36,6	473	1,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	77	0,5	0,1	10	43	2,02
Итого			77	0,5	0,1	10	43	2,02
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	42	0,5	1,5	3,3	29	1,2
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/8	5,4	4,6	16,1	129	15,9
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	59	8,4	8,9	7,2	142	0,4
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	127	2,7	3	22,1	126	11,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,3	33	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,9	0,4	18,4	88	0
Итого			659	19,9	18,4	75,4	547	28,9
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	4,3	4,4	24,5	155	5,53
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	125	3,6	3,1	5,2	67	0,4
Итого			195	7,9	7,5	29,7	222	5,93
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	80/9	7,5	5,3	23,8	174	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		7,6	31	0,03
Итого			384	10,4	5,7	53,7	311	2,53
Всего				57,1	59,9	205,4	1596	41,08

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

laf

Моисеева Т.А.