

Утверждаю

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

26 января 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,8	6,5	28,7	197	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	44/12/6	1,9	4,7	22,6	141	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,5	4,8	16	126	0,8
Итого			422	12,2	16	67,3	464	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	44	2
Итого			83	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	51	0,5	1,9	3,5	35	1,2
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/12	6,8	4,7	22,8	162	5,6
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	32/5	6,9	9,4	1,7	122	1,1
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,9	4,1	30,6	171	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,3	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3,5	0,5	22,6	109	0
Итого			683	20,6	20,6	89,5	633	7,9
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	3,9	2,1	27	142	2,31
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	131	3,7	3,2	5	67	0,4
Итого			201	7,6	5,3	32	209	2,71
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	93	7	6,3	3,7	102	2,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,5	83	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	75	0,3	0,3	7,1	34	3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,7	31	0,02
Итого			403	10,1	6,8	36	250	5,62
Всего				51	48,8	234,8	1600	19,53

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: *Мей* Моисеева Т.А.