

Утверждаю

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

МЕНЮ

26 мая 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	106	8,1	15,8	2,2	184	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	35	0,7	0,1	3,7	17	0,7
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	47/4/12	5,4	7,5	15,3	151	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	204	5,8	6,3	18,7	157	1,1
Итого			408	20	29,7	39,9	509	2
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	43	2
Итого			82	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	41	0,4	1,6	3,2	30	1,1
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/8	5,2	4,5	14,5	123	13,7
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	58	8,4	8,9	6,8	141	0,3
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	115	2,4	2,9	19,9	116	10,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,6	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			651	19,6	18,3	73,7	544	25,3
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	4,1	4,8	23,6	155	6,2
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	125	3,6	3,1	5,3	68	0,4
Итого			195	7,7	7,9	28,9	223	6,6
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	84/9	7,4	5,6	16,6	147	0,2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	75	0,3	0,3	7,1	34	3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,4	0,2	16,1	76	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8	32	0,03
Итого			401	10,2	6,1	47,8	289	3,23
Всего				58	62,1	200,3	1608	39,13

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

М.А. Моисеева

Моисеева Т.А.