

Утверждаю

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

МЕНЮ

26 октября 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,2	6,6	22	170	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	42/12	5,4	8,1	14,4	153	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	169	4,2	4,5	14	115	0,7
Итого			403	14,8	19,2	50,4	438	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	89	0,5	0,1	10	43	2,02
Итого			89	0,5	0,1	10	43	2,02
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0,4	1,9	1,4	24	3,5
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	200/8	4,4	3,9	16,5	124	13,4
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	138	10,8	8,7	26	224	13,3
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	15,9	66	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,4	19,4	94	0
Итого			612	18,9	15	79,2	532	30,2
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	50	4,1	4,3	29	171	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	117	3,3	2,8	4,8	61	0,1
Итого			167	7,4	7,1	33,8	232	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	82/10	13,6	9,5	19,3	219	0,14
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	67	0,3	0,3	6,3	30	2,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,8	79	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		8	33	0,42
Итого			393	16,5	10	50,4	361	3,26
Всего				58,1	51,4	223,8	1606	36,88

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: *М.А.* Моисеева Т.А.