

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

26 октября 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,8	7,2	23,9	181	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	43/12/4	2,1	4	21,3	130	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,9	3	13	91	0,53
Итого			419	9,8	14,2	58,2	402	1,23
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	58	0,2	0,2	5,5	26	2,3
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	92	0,5	0,1	10	44	2
Итого			150	0,7	0,3	15,5	70	4,3
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	59	0,6	2,3	2,1	32	10,3
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	210/8	3	2,4	18,5	113	8,7
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	64	12	13,2	10,4	208	0,8
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	122	14,1	2,6	29,4	197	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	10	42	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,4	19,3	93	0
Итого			689	32,8	21	89,7	685	20,6
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	50	3,4	4,6	32,7	185	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	94	2,6	2,3	3,7	48	0,3
Итого			144	6	6,9	36,4	233	0,3
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	49	7,4	3	6,8	84	1,4
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	108	1,9	2,3	12,3	78	6,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,3	0,2	15	71	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,8	50	41,3
Итого			388	11,9	5,6	45,9	283	49,3
Всего				61,2	48	245,7	1673	75,73

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

слеп

Моисеева Т.А.