

Утверждаю

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

МЕНЮ

27 апреля 2023 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценнос- ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,2	6,7	21,2	161	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	47/12/4	2,2	3,8	24,2	140	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,5	2,6	12,1	83	0,44
Итого			423	8,9	13,1	57,5	384	1,04
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	72	0,3	0,3	6,8	33	2,9
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	78	0,5	0,1	10	44	2
Итого			150	0,8	0,4	16,8	77	4,9
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	42	0,4	2,1	1,5	27	6,8
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	4,1	3,7	15,6	115	7
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	52	9,8	11	7	168	0,5
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	117	13,6	2,4	28,3	189	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,2	37	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			649	31,3	19,7	82,8	638	14,9
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	51	3,7	4,6	32,2	186	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	93	2,6	2,2	3,6	48	0,3
Итого			144	6,3	6,8	35,8	234	0,3
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	41	6,9	2,7	7,1	81	0,9
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	102	1,8	2,1	11,7	74	5,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,9	0,2	19,3	91	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	10,8	46	35,6
Итого			383	11,8	5,1	48,9	292	42,4
Всего				59,1	45,1	241,8	1625	63,54

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.