

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

27 июля 2023 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,7	5,3	24,5	166	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	45/12/6	2,1	4,2	22,9	139	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,5	3,6	13,9	103	0,6
Итого			423	10,3	13,1	61,3	408	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	61	0,5	0,1	10	44	2
Итого			61	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	48	0,5	2,1	3,3	36	1,1
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/10	7,5	5,3	25,7	182	6,5
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	32/8	6	9,2	1,8	118	1,1
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,7	5,2	29	174	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,5	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,8	95	0
Итого			675	19,8	22,2	87,1	635	8,7
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	4,1	1,9	26,9	141	2,3
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	73	2	1,7	2,8	38	0,2
Итого			143	6,1	3,6	29,7	179	2,5
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	89	6,2	6,8	3,9	104	2,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	0,2	18,4	87	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	63	0,3	0,3	6	29	2,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		6,9	29	0,04
Итого			389	9,5	7,3	35,2	249	4,84
Всего				46,2	46,3	223,3	1515	19,14

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.