

Утверждаю

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

МЕНЮ

27 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,5	6,7	23,1	172	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	46/12/4	2,1	3,6	24,4	138	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,8	12,8	88	0,53
Итого			422	9,3	13,1	60,3	398	1,23
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,5	31	2,7
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	88	0,5	0,1	10	44	2,04
Итого			156	0,8	0,4	16,5	75	4,74
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	48	0,4	2,4	1,6	31	8
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	4,4	4,5	18,4	136	8,3
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	57	10,1	11,8	7,9	178	0,6
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	121	13,7	3,3	28,7	200	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,8	40	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,4	19,3	93	0
Итого			660	31,7	22,5	85,7	678	17,5
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	52	3,7	4,8	33,3	190	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	115	3,2	2,8	4,5	59	0,3
Итого			167	6,9	7,6	37,8	249	0,3
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	43	8	3,1	5,1	81	0,7
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	111	1,9	2,4	12,3	80	6,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,7	0,2	17,8	84	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	12,5	53	49,4
Итого			390	12,9	5,8	47,7	298	56,6
Всего				61,6	49,4	248	1698	80,37

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: *Моисеева Т.А.* Моисеева Т.А.