

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

27 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	101	8,3	15,4	2	179	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	31	0,6	0,1	3,3	15	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	42/4/12	4,4	5,4	15,9	131	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	168	5	5,2	17,2	137	0,9
Итого			358	18,3	26,1	38,4	462	1,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	43	2
Итого			83	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	45	0,5	1,6	3,5	32	1,1
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	191/8	3	2,5	15,4	98	17,6
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	55	9,7	10,1	11,3	174	0,2
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	117	2,4	3,2	20,1	119	10,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,6	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			645	18,8	17,8	79,6	558	29,4
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	69	3,9	4,6	23,5	151	5,2
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	100	2,9	2,5	4,2	54	0,3
Итого			169	6,8	7,1	27,7	205	5,5
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	106/9	9,3	6,8	24,2	197	0,2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	70	0,3	0,3	6,6	32	2,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		8,1	33	0,03
Итого			415	12	7,3	53,5	331	3,03
Всего				56,4	58,4	209,2	1599	41,63

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.