

Утверждаю

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

МЕНЮ 28 декабря 2021 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерг е- тическ ая ценно сть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	180	4	6,5	22,7	166	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/7	2,2	5,9	15,1	123	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	140	4,9	4	11	103	0,4
Итого			362	11,1	16,4	48,8	392	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10	44	2,04
Итого			100	0,5	0,1	10	44	2,04
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	41	0,6	1,3	4,5	33	1,6
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	167/8	2,9	2,8	10,6	81	11
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	100	5,8	7,5	9,4	130	17,7
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	14,6	61	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			546	12,9	12,1	60,3	407	30,3
Полдник								
2008	483	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	50	3,4	6,2	31,5	194	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	75	6	0,2	8	62	2
Итого			125	9,4	6,4	39,5	256	2
Ужин								
2008	233	МОРКОВНЫЕ СЫРНИКИ С ПОВИДЛОМ	65/9	6,3	7,8	29,3	214	0,4
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	46	0,2	0,2	4,5	22	4,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		6,7	28	0,2
Итого			350	8,9	8,2	55,6	335	5,2
Всего				42,8	43,2	214,2	1434	40,34

Стоимость рациона - 134 руб.
Ответственный - Мухоморова Т.А.