

Утверждаю

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

МЕНЮ 28 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5	7,5	24,3	186	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	43/12/4	2,1	4	21,6	132	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,1	3,2	13	94	0,63
Итого			419	10,2	14,7	58,9	412	1,33
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	58	0,2	0,2	5,5	27	2,3
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	78	0,5	0,1	10	44	2
Итого			136	0,7	0,3	15,5	71	4,3
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	57	0,6	2,6	2	35	10,2
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	214/8	3,2	2,6	19,7	120	8,8
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	67	11,6	13	10,7	206	0,7
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	121	13,9	2,8	29	197	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,6	40	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,8	95	0
Итого			694	32,5	21,5	90,8	693	20,5
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	53	3,7	4,6	33,2	189	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	110	3,1	2,7	4,3	57	0,3
Итого			163	6,8	7,3	37,5	246	0,3
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	48	8,5	3,4	8,7	100	0,9
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	115	1,9	2,6	12,4	83	6,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,3	0,2	15,2	72	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,3	48	41,8
Итого			394	13	6,3	47,6	303	49,4
Всего				63,2	50,1	250,3	1725	75,83

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.