

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

28 июля 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	5,1	5,5	24,8	170	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	43/6/12	4,9	9	13,5	156	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		9,2	38	0,35
Итого			421	10,2	14,5	47,5	364	0,75
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	50	0,5	0,1	10	43	2
Итого			50	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	44	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (2-й ВАРИАНТ)	45	0,8	2	4,2	40	8,9
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	6,4	6,3	15,2	150	16,3
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	64	10,3	10,9	7,4	168	0,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	115	3,3	4,4	22,2	142	10,8
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	17,1	71	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,7	85	0
Итого			654	23,9	24,1	83,8	656	36,3
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	46	2,4	0,9	28,3	131	7,3
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	90	2,5	2,2	3,7	47	0,1
Итого			136	4,9	3,1	32	178	7,4
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВО- ТВОРОЖНАЯ	130	6	4,5	17,6	136	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	55	0,2	0,2	5,4	26	5,5
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	157	4,9	5,1	15,9	129	0,8
Итого			372	13,4	10	54	362	6,3
Всего				52,9	51,8	227,3	1603	52,75

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.