

Утверждаю

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

МЕНЮ

28 сентября 2023

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,1	7,5	24,7	188	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	43/12/4	2,1	4,1	21,6	133	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,1	3,2	13,6	97	0,63
Итого			419	10,3	14,8	59,9	418	1,33
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	73	0,3	0,3	7	34	2,9
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	78	0,5	0,1	10	44	2
Итого			151	0,8	0,4	17	78	4,9
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	49	0,5	2,2	1,6	30	8,1
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/8	2,8	2,6	16,5	104	7,5
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	74	13,9	15,5	7,9	225	0,9
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	111	12,8	2,4	26,8	180	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	10,3	43	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,8	95	0
Итого			669	33,2	23,2	82,9	677	17,3
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	52	3,6	4,7	33,4	189	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	125	3,5	3	4,9	64	0,4
Итого			177	7,1	7,7	38,3	253	0,4
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	40	7,3	2,8	5,4	77	0,7
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	110	2	2,3	12,5	80	6,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,3	0,2	15,4	73	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	12,4	53	46,3
Итого			382	11,9	5,4	45,7	283	53,6
Всего				63,3	51,5	243,8	1709	77,53

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Мойсеева Т.А.

Мойсеева Т.А.