

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ**28 декабря 2023 г.****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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,1	5,5	29,7	193	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	51/12/6	2,5	3,8	26,1	149	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,5	4,7	15,9	124	0,8
Итого			429	13,1	14	71,7	466	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	70	0,5	0,1	10	44	2
Итого			70	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	54	0,5	2	3,8	37	1,3
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	190/16	4,6	3,1	20,1	127	5,2
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	37/10	11,1	14,1	2,1	184	1,5
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,4	4,8	25,2	154	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,7	104	0
Итого			688	22	24,4	80,7	637	8
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	4,2	2	28,4	148	3,04
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	85	2,4	2	3,3	44	0,2
Итого			155	6,6	4	31,7	192	3,24
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	90	6,7	6	3,7	96	1,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,4	82	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	64	0,3	0,3	6,1	29	2,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,3	30	0,05
Итого			389	9,9	6,5	34,5	237	4,55
Всего				52,1	49	228,6	1576	19,09

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.