

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

29 июня 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6	5,9	29,6	197	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	43/12/6	2	4,1	21,4	131	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,6	4,8	16	126	0,8
Итого			421	12,6	14,8	67	454	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	77	0,5	0,1	10	44	2
Итого			77	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	45	0,4	2	3	34	1
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/10	6,3	4,9	21,1	154	5,2
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	32/8	6,2	9,1	2,1	119	1,3
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,6	5,1	27,4	165	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	92	0
Итого			670	18,5	21,5	80,6	595	7,5
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	3,9	1,8	26,6	139	2,17
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	104	2,9	2,5	4,1	53	0,3
Итого			174	6,8	4,3	30,7	192	2,47
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	111	8	6,6	5	113	3,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,4	82	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	42	0,2	0,2	4	19	1,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,1	29	0,04
Итого			388	11	7	33,5	243	5,64
Всего				49,4	47,7	221,8	1528	18,91

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.