

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 сентября 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	7,8	14,4	2,1	169	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	17	0,3		1,8	8	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	45/4/12	5,1	6,3	15,4	139	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	191	5,6	5,9	17,1	146	1
Итого			369	18,8	26,6	36,4	462	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,5	0,1	10	43	2
Итого			81	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	42	0,5	1,6	3,2	31	1,1
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	179/8	2,6	2,6	13,5	91	14,6
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	51	9,6	9,9	8	159	0,2
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	106	2,2	2,9	18,1	108	9,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,5	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	97	0
Итого			614	18,1	17,4	70,6	516	25,3
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	69	4	4,5	24	153	5,03
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	126	3,7	3,2	5,3	68	0,4
Итого			195	7,7	7,7	29,3	221	5,43
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	87/9	6,9	5,6	19,8	159	0,2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	63	0,3	0,3	6	29	2,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,1	0,2	14,3	67	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7	28	0,03
Итого			388	9,5	6,1	47,1	283	2,73
Всего				54,6	57,9	193,4	1525	36,96

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

М.А. Моисеева

Моисеева Т.А.