

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 декабря 2022 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическ ая ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5	7	24,1	180	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	47/12/6	2,2	6	23,1	155	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,3	4,5	15,5	120	0,8
Итого			425	11,5	17,5	62,7	455	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	44	2
Итого			83	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	50	0,5	2,1	3,4	36	1,2
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/12	7,1	5	22,3	164	5,4
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	34/8	7,3	10,4	1,8	133	1,1
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,8	4,6	29,4	170	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	3,7	0,5	23,6	113	0
Итого			690	21,4	22,6	88,5	648	7,7
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	69	3,8	2,4	26,4	142	2,02
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	130	3,7	3,1	5	67	0,4
Итого			199	7,5	5,5	31,4	209	2,42
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	85	6,7	6,4	3,3	99	1,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,5	82	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	54	0,2	0,2	5,1	25	2,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,1	29	0,04
Итого			374	9,8	6,8	33	235	3,64
Всего				50,7	52,5	225,6	1591	17,06

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.