

Утверждаю

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



МЕНЮ

30 ноября 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	6,2	6,5	29,5	202	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	41/12/6	2	4,9	20	132	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,7	5	16,2	129	0,8
Итого			419	12,9	16,4	65,7	463	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	56	0,6	2,2	3,9	40	1,3
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	199/16	5	1,7	21,9	122	5,7
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	32/6	8,3	11,4	2,1	147	1,4
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,7	2,4	28,3	146	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,4	19,3	93	0
Итого			685	19,6	18,1	83,5	580	8,4
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	3,9	2,2	26,2	139	2,09
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	113	3,2	2,7	4,4	58	0,3
Итого			183	7,1	4,9	30,6	197	2,39
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	95	7,8	7,3	3,5	114	2,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,9	94	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	60	0,2	0,2	5,6	27	2,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,2	29	0,03
Итого			395	11,2	7,7	36,2	264	4,83
Всего				51,3	47,2	226	1548	18,92

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

cll

Моисеева Т.А.