

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

31 января 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	170	5	6,5	17,2	149	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	38/7	2,6	4,8	17,6	124	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		8,4	35	0,06
Итого			415	7,9	11,3	43,2	308	0,66
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,4	0,1	8,2	35	1,6
Итого			81	0,4	0,1	8,2	35	1,6
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	44	0,7	1,5	3,1	30	6,5
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	200/10	5,6	5	20,9	155	6,5
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С СОУСОМ	150/20	5,6	4,7	26,1	170	0,63
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	61	8,3	11	11	177	1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,6	99	0
Итого			714	23,4	22,6	89,5	662	14,63
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	52	2,5	1	31,8	147	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	124	3,5	3	4,9	64	0,4
Итого			176	6	4	36,7	211	0,4
Ужин								
2008	156	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	70/5	8,9	5,4	28,8	199	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37					0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	71	0,3	0,3	7	34	7,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	5	5,5	16,6	138	0,9
Итого			383	14,2	11,2	52,4	371	8
Всего				51,9	49,2	230	1587	25,29

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Мойсеева Т.А.

Мойсеева Т.А.