

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

31 января 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5	6,5	21,1	165	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45/12	5,1	7,2	18,2	159	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	166	4,2	4,4	14,2	114	0,7
Итого			403	14,3	18,1	53,5	438	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	77	0,5	0,1	10	43	2
Итого			77	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	45	0,4	1,7	1,4	23	4,2
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	194/8/4	3,2	3,6	16	113	12,3
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	122	10,1	8,1	25,2	216	13
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	16,1	66	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19	91	0
Итого			598	17	13,9	77,7	509	29,5
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	50	4,2	4,2	29,2	172	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	94	2,6	2,2	3,8	49	0,1
Итого			144	6,8	6,4	33	221	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	84/10	13,7	9,1	21,3	224	0,14
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	74	0,3	0,3	7,1	34	3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,7	0,2	17,9	85	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		8,3	34	0,43
Итого			405	16,9	9,6	54,6	377	3,57
Всего				55,5	48,1	228,8	1588	36,47

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.