

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ**31 октября 2022 г.****Сад 12 часов**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерг е- тическ ая ценно сть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,7	8,3	21,5	184	0,7
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	44/12	2,2	0,8	26,1	119	6,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,3		8,3	34	0,06
Итого			416	8,2	9,1	55,9	337	7,26
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	90	0,5	0,1	10	44	2,04
Итого			90	0,5	0,1	10	44	2,04
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	54	0,9	1,8	3,9	37	7,6
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	194/9	4,3	5	15,2	128	12,5
2008	314	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	67	9,3	12	6,8	173	1,1
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	146	4,5	4,5	28,9	175	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,7	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	97	0
Итого			698	22,2	23,7	82,8	641	21,8
Полдник								
2008	464	БУЛОЧКА "ЛЮБАВА"	51	4,2	4,4	29,4	175	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	119	3,4	3	5	64	0,4
Итого			170	7,6	7,4	34,4	239	0,4
Ужин								
2008	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	101	11,1	6,1	4,3	118	1,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	19	90	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,2	4,5	15	118	0,8
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	70	0,3	0,3	6,7	32	2,8
Итого			409	18,5	11,1	45	358	5
Всего				57	51,4	228,1	1619	36,5

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: *Моисеева Т.А.* Моисеева Т.А.