

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение "Детский сад № 350" г.о. Самара

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

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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	170	4,5	6,6	15,5	141	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	38/7	2,5	5,2	17,2	126	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,7	31	0,02
Итого			415	7,1	11,8	40,4	298	0,62
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	90	0,5	0,1	9,1	39	1,8
Итого			90	0,5	0,1	9,1	39	1,8
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	49	0,9	2,2	3,4	38	7,4
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	192/10	3,9	1,9	26	139	8,7
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	6,5	11,1	10,9	170	1
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С СОУСОМ	150/20	6,3	3,7	29,1	175	0,48
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,5	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	20,1	97	0
Итого			698	20,7	19,3	97	649	17,58
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	49	2,4	1,4	29,9	140	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	89	2,5	2,1	3,4	46	0,2
Итого			138	4,9	3,5	33,3	186	0,2
Ужин								
2008	156	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	78/5	10,2	5,4	30,6	213	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34					0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	64	0,3	0,3	6,3	30	6,4
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,2	4,5	14,8	117	0,8
Итого			381	14,7	10,2	51,7	360	7,3
Всего				47,9	44,9	231,5	1532	27,5

Ответственный:

Устюгова Е.В.