

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

6 июня 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,4	6,5	22,9	169	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	47/12/4	2,4	3,9	24	141	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,6	2,7	12,1	84	0,44
Итого			423	9,4	13,1	59	394	1,04
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	65	0,3	0,3	6,2	30	2,6
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	90	0,5	0,1	10	44	2
Итого			155	0,8	0,4	16,2	74	4,6
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	57	0,6	2,3	2	32	10,2
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	217/8	3,2	2,9	20,5	125	8,9
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	66	12,5	13,8	11,3	219	0,7
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	108	12,2	2,7	25,6	176	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,1	38	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,9	0,4	18,4	88	0
Итого			679	31,5	22,2	86,9	678	20,4
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	49	3,5	4	32,3	178	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	82	2,3	2	3,2	42	0,2
Итого			131	5,8	6	35,5	220	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	43	8	3,1	6	84	0,7
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	113	2	2,5	11,9	80	6,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,7	79	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,7	50	47,2
Итого			390	12,8	5,9	46,3	293	54,5
Всего				60,3	47,6	243,9	1659	80,74

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

М.А. Моисеева

Моисеева Т.А.