

Утверждаю

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



МЕНЮ
23 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,2	7,2	24,5	185	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	42/12/4	2,2	3,8	21,4	128	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,1	3,3	12,8	94	0,63
Итого			418	10,5	14,3	58,7	407	1,23
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	67	0,3	0,3	6,4	31	2,7
Итого			67	0,3	0,3	6,4	31	2,7
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	59	0,6	2,3	2	32	10,1
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	198/8	3	2,3	19	110	7,7
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	12,8	14,4	7,1	208	0,8
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	124	14,3	2,4	29,9	198	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	8,9	37	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,4	84	0
Итого			680	33,5	21,9	84,3	669	19,1
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	52	3,6	4,6	32,2	184	0
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	151	0,5	0,1	10	44	2
Итого			203	4,1	4,7	42,2	228	2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	46	9,1	2,9	5,4	85	0,8
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	111	1,8	2,1	11,1	71	6,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,6	0,2	17,6	83	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,3	48	43,8
Итого			393	13,8	5,3	45,4	287	51,1
Всего				62,2	46,5	237	1622	76,13

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

М.А. Моисеева

Моисеева Т.А.