

Утверждаю

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

Заведующий

Баландина О.В./



МЕНЮ
27 июня 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,8	6,4	28,5	197	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	53/12/6	2,6	4,9	26,5	161	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,5	4,7	16,5	127	0,8
Итого			431	12,9	16	71,5	485	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	71	0,5	0,1	10	44	2
Итого			71	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	0,6	2,1	4,4	41	1,5
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	194/16	4,9	1,5	20,9	116	5,3
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	33/10	8,1	11,3	2,5	148	1,7
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,9	2	30,5	151	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,3	33	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	23,3	112	0
Итого			698	20,1	17,4	89,9	601	8,5
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	4,2	1,9	27,7	145	2,68
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	107	3	2,6	4,2	55	0,3
Итого			177	7,2	4,5	31,9	200	2,98
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	104	7,5	6,7	4,5	110	2,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,3	82	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	67	0,3	0,3	6,4	31	2,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,7	31	0,05
Итого			406	10,6	7,2	35,9	254	5,55
Всего				51,3	45,2	239,2	1584	20,33

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.