

Утверждаю

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

МЕНЮ 3 июля 2023 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	169/20	5,2	4,8	32,8	196	1,02
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	30	3	2,7	0,2	38	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	41/14/6	1,9	4,1	22,2	132	5,5
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	10,7	45	35,4
Итого			460	10,3	11,7	65,9	411	41,92
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	68	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	60	0,2	0,2	5,9	28	6
Итого			128	0,7	0,3	15,9	72	8
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	48	0,9	1,8	4	37	7,6
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	200/8	4,4	4,9	14,2	125	12
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	133	11,1	13,2	19,7	244	10
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,1	37	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,4	0,5	21,9	105	0
Итого			621	19,9	20,5	68,9	548	30,2
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	51	3,6	3	27,5	153	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	119	6	2	8,4	80	1
Итого			170	9,6	5	35,9	233	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	41	7,7	3,2	6,4	85	0,3
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	147	2,2	3,8	12,7	95	7,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,4	3,5	12,4	96	0,64
Итого			429	13,3	10,5	31,5	276	8,64
Всего				53,8	48	218,1	1540	89,76

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Мойсеева Т.А.

Мойсеева Т.А.