

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

4 декабря 2023

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	164/20	5	5,2	31,5	192	0,89
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	30	3,1	2,8	0,2	38	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	38/10/6	2,1	4,2	20,9	128	3,9
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,8	50	46,3
Итого			448	10,5	12,3	64,4	408	51,09
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	90	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	76	0,3	0,3	7,4	36	7,6
Итого			166	0,8	0,4	17,4	80	9,6
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	55	1,1	2,5	4,3	46	8,7
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	193/8	3,1	2,1	16,2	99	13,7
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ .	126	9,8	10,9	21,9	227	11
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,5	40	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,5	0,5	22,1	107	0
Итого			614	17,6	16,1	74	519	34,1
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	51	3,6	3	27,5	153	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	100	6	2	8,4	80	1
Итого			151	9,6	5	35,9	233	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	42	6,9	4,1	10,1	104	0,3
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	150	2,2	4,9	13,5	109	7,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4	4,3	13,5	110	0,72
Итого			430	13,1	13,3	37,1	323	8,62
Всего				51,6	47,1	228,8	1563	104,41

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

М.А. Моисеева

Моисеева Т.А.