

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

5 июня 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическ ая ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	165/20	5	5	31,2	189	0,69
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	29	3	2,7	0,2	38	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	42/10/6	2,2	4,5	21,7	136	3,9
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,7	50	46,1
Итого			452	10,5	12,3	64,8	413	50,69
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	65	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	61	0,2	0,2	6	29	6,1
Итого			126	0,7	0,3	16	73	8,1
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	49	1	2,3	3,9	42	7,9
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	200/8	4,5	4	15,5	118	12,9
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	128	9,7	11	20,9	222	10,4
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,3	38	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,5	99	0
Итого			613	18,5	17,8	70,1	519	31,8
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	51	3,7	3,1	27,7	155	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	99	6	2	8,4	80	1
Итого			150	9,7	5,1	36,1	235	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	39	6,5	3,5	7,6	88	0,4
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	139	2	4,1	11,7	94	6,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,8	4	12,9	104	0,73
Итого			417	12,3	11,6	32,2	286	7,73
Всего				51,7	47,1	219,2	1526	99,32

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.