

Утверждаю

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

МЕНЮ

9 октября 2023 г.

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	166/20	5	5,8	31,4	197	0,78
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	30	3,1	2,8	0,2	38	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	43/9/6	2,4	5,2	22,1	143	3,7
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,7	50	42,9
Итого			454	10,8	13,9	65,4	428	47,38
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	71	0,3	0,3	7	34	7,1
Итого			153	0,8	0,4	17	78	9,1
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	51	1,1	2,3	4,1	43	8
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	193/8	3,1	2,9	16,3	107	13,6
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	124	8,7	10,9	22,4	224	11,2
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,7	40	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			605	16,2	16,6	73,2	514	33,5
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	50	3,6	3	27,2	152	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	87	6	2	8,4	80	1
Итого			137	9,6	5	35,6	232	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	38	5,9	3,6	9,6	95	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	140	2,1	4,2	12,9	100	7,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,8	4	13,2	105	0,73
Итого			414	11,8	11,8	35,7	300	8,13
Всего				49,2	47,7	226,9	1552	99,11

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.