

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
10 апреля 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	169/20	5	5,5	31,8	196	0,59
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	28	2,9	2,6	0,2	36	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	46/14/6	2,2	5	24,6	151	5,7
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,8	50	48,4
Итого			463	10,4	13,2	68,4	433	54,69
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	88	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	76	0,3	0,3	7,5	36	7,6
Итого			164	0,8	0,4	17,5	80	9,6
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	50	1,1	2,2	4	42	8,1
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	200/8	4,6	3,4	16,3	115	13,4
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ .	126	9,3	10,6	21,7	222	10,8
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9	37	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			613	18,3	16,7	71,7	516	32,8
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	50	3,6	3	27,2	152	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	108	6	2	8,4	80	1
Итого			158	9,6	5	35,6	232	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	40	6,9	3,7	7,6	91	0,3
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	133	2	4,3	12,6	99	6,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4	4,3	13,1	107	0,72
Итого			412	12,9	12,3	33,3	297	7,82
Всего				52	47,6	226,5	1558	105,91

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Лал

Моисеева Т.А.