

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 марта 2024 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	165/20	5,1	4,8	31,9	191	0,83
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	30	3,1	2,8	0,2	38	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	42/9/6	2,4	4	22,3	134	3,7
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,7	49	42,6
Итого			452	10,9	11,7	66,1	412	47,13
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	66	0,3	0,3	6,4	31	6,6
Итого			148	0,8	0,4	16,4	75	8,6
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	51	1,1	2,4	4,1	44	8,2
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	193/8	3,1	2	16,6	100	13,6
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	127	9,4	10,5	22,9	224	11,3
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			608	16,9	15,4	74	508	33,8
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	50	3,6	3	27,5	153	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	94	6	2	8,4	80	1
Итого			144	9,6	5	35,9	233	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	38	6,3	3,8	7,1	87	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	137	2,1	4,3	12,6	99	7,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,7	0,2	17,8	84	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,9	4,1	13,4	106	0,73
Итого			412	15	12,4	50,9	376	8,03
Всего				53,2	44,9	243,3	1604	98,56

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:  Моисеева Т.А.