

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

11 апреля 2022 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	166/20	4,9	5,2	31,1	191	0,46
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	30	3	2,7	0,2	37	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	44/11/6	2,4	4,8	23,2	144	4,3
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	12,5	54	49,8
Итого			457	10,6	12,8	67	426	54,56
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	67	0,5	0,1	10	44	2,04
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	58	0,2	0,2	5,7	27	5,8
Итого			125	0,7	0,3	15,7	71	7,84
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	49	1	2,3	3,7	41	8,2
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	200/8	4,2	3,4	15,3	110	13,1
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ .	123	8,6	10,5	20,2	212	10
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	7,7	32	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			610	17,2	16,7	68,1	497	31,9
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	54	3,9	3,2	29,3	164	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	108	6	2	8,4	80	1
Итого			162	9,9	5,2	37,7	244	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	38	6,3	3,7	6,8	84	0,4
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	142	2,1	4,4	12,4	100	6,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,5	3,8	13,1	101	0,62
Итого			415	11,9	11,9	32,3	285	7,92
Всего				50,3	46,9	220,8	1523	103,22

Стоимость: 151 рубль

Ответственный: Илья Момсеев Т.А.