

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

11 сентября 2023 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	171/20	5,2	5,2	33,6	203	0,91
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	28	2,8	2,6	0,2	35	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	43/11/6	2,3	4,1	22,9	137	4,3
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,8	50	47
Итого			459	10,6	12	68,5	425	52,21
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	60	0,2	0,2	5,9	28	6
Итого			142	0,7	0,3	15,9	72	8
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	55	1,2	2,3	4,3	44	8,5
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	196/8	3,3	3	16,7	111	13,5
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	131	9,6	11,8	22,7	236	11,2
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,7	40	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	97	0
Итого			618	17,4	17,6	73,7	528	34
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	49	3,5	2,9	26,6	149	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	103	6	2	8,4	80	1
Итого			152	9,5	4,9	35	229	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	41	7	4,1	8,3	98	0,3
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	147	2,1	4,8	13,3	106	7,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,1	4,3	13,3	108	0,74
Итого			430	13,2	13,2	34,9	312	8,44
Всего				51,4	48	228	1566	103,65

Стоимость питания 179 рублей