

Утверждаю

Заведующий

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

/Баландина О.В./

МЕНЮ

13 марта 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическ ая ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	162/20	4,8	4,5	30,7	183	0,7
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	28	3	2,7	0,2	37	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	47/17/6	2,2	3,8	26,5	147	6,7
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,9	51	46,6
Итого			460	10,3	11,1	69,3	418	54
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	77	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	72	0,3	0,3	7	34	7,2
Итого			149	0,8	0,4	17	78	9,2
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	54	1,1	2,4	4,3	45	8,6
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	200/8	4,6	4	16,2	122	13,9
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	132	9,9	11,6	22,1	233	11
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,5	39	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	97	0
Итого			622	18,9	18,5	72,4	536	34,1
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	50	3,6	3	27,5	153	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	115	6	2	8,4	80	1
Итого			165	9,6	5	35,9	233	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	40	6,7	3,6	6,8	86	0,4
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	140	2,1	5	12,6	106	7,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,9	4,2	13,3	107	0,72
Итого			418	12,7	12,8	32,7	299	8,22
Всего				52,3	47,8	227,3	1564	106,52

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: *Моисеева Т.А.* Моисеева Т.А.