

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

14 августа 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	166/20	5,1	5	31,8	192	0,91
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	30	3,1	2,8	0,2	38	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	37/20/6	1,8	4,5	26,4	151	8
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,6	49	42,6
Итого			459	10,3	12,4	70	430	51,51
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	72	0,3	0,3	7,1	34	7,2
Итого			154	0,8	0,4	17,1	78	9,2
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	53	1,1	2,1	4,2	42	8,3
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	200/8	4,2	3,6	15,4	113	12,9
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	122	8	9,3	20,5	200	10,2
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,3	38	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,5	99	0
Итого			611	16,6	15,5	69,9	492	31,9
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	49	3,5	2,9	26,6	149	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	79	6	2	8,4	80	1
Итого			128	9,5	4,9	35	229	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	37	5,3	3,6	10,6	96	0,3
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	152	2,3	4,5	13,3	104	7,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,4	3,6	12,5	97	0,63
Итого			428	11	11,7	36,4	297	8,53
Всего				48,2	44,9	228,4	1526	102,14

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.