

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

15 августа 2022 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерг е- тичес кая ценно сть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	148/20	4,3	4,4	27,5	168	0,86
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	31	3,2	2,9	0,2	39	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	45/17/6	2	3,4	25,7	141	7
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	10,9	46	37,7
Итого			447	9,7	10,8	64,3	394	45,56
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10	44	2,04
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	48	0,2	0,2	4,7	23	4,8
Итого			148	0,7	0,3	14,7	67	6,84
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	44	0,9	2,3	3,7	40	6,9
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	200/8	3,7	3,4	13,5	101	11,3
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ .	110	7,9	9,5	18,2	190	9
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,2	37	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,9	0,4	18,4	88	0
Итого			585	15,5	15,7	63	456	27,8
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	51	3,6	3	27,5	153	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	95	6	2	8,4	80	1
Итого			146	9,6	5	35,9	233	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	37	6,5	3,5	6,6	85	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	106	1,5	4,7	9,4	89	5,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3	3,1	11,7	88	0,53
Итого			375	11	11,3	27,7	262	6,43
Всего				46,5	43,1	205,6	1412	87,63

Стоимость: 151 рубль

Ответственный:  Моисеева Т.А.