

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 января 2023 г.

Если 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	132/20	3,5	5,8	23	159	0,76
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	34/8/6	1,5	5,1	16,3	116	3,3
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	31	3,2	2,8	0,2	39	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,8	50	44,9
Итого			411	8,5	13,8	51,3	364	48,96
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	42	0,2	0,2	4,2	20	4,2
Итого			123	0,7	0,3	14,2	64	6,2
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	37	0,6	1,8	2,9	31	5,1
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	180/8	3,6	3,5	14,8	106	12,2
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ .	132	7,7	9,9	23,3	216	11,4
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			7	29	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,3	83	0
Итого			548	14,6	15,6	65,3	465	29,1
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	45	3,3	2,7	24,9	139	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	74	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			119	8	4,3	31,5	202	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	28	4,2	2,5	4,5	58	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	135	2	2,8	12,1	83	6,6
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3	3,2	11,1	87	0,62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					0
Итого			363	9,2	8,5	27,7	228	7,42
Всего				41	42,5	190	1323	92,48

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

olef

Моисеева Т.А.