

Утверждаю

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

МЕНЮ
18 декабря 2023 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	164/20	5	4,7	31,5	188	0,78
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	29	3	2,7	0,2	38	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	49/18/6	2,3	3,9	27,9	155	7,1
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,8	50	45,3
Итого			466	10,6	11,4	71,4	431	53,18
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	80	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	69	0,3	0,3	6,8	33	6,9
Итого			149	0,8	0,4	16,8	77	8,9
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	54	1,2	2,3	4,3	43	8,8
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	194/8	3,2	1,7	16,4	97	14
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	124	9,1	9,9	22,2	216	11,1
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,6	39	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	97	0
Итого			608	16,8	14,4	72,8	492	34,5
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	51	3,7	3,1	27,7	155	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	91	6	2	8,4	80	1
Итого			142	9,7	5,1	36,1	235	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	40	6,4	3,7	9,3	96	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	133	2	4	12,2	94	6,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,1	4,4	13,4	110	0,73
Итого			408	12,5	12,1	34,9	300	7,63
Всего				50,4	43,4	232	1535	105,21

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: *МММ* Моисеева Т.А.