

Утверждаю

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

МЕНЮ
19 июня 2023 г.
Сад 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	152/20	4,5	3,9	28,3	167	0,76
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	30	3	2,7	0,2	37	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	38/11/6	2	3,4	20,8	120	4,4
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,5	49	46,4
Итого			437	9,8	10,1	60,8	373	51,56
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	71	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	63	0,3	0,3	6,2	30	6,3
Итого			134	0,8	0,4	16,2	74	8,3
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	45	0,9	2,1	3,8	39	7,4
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	200/8	4,7	4,1	15,3	120	12,2
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	130	10,4	11,9	20,4	232	10,2
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9	37	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,7	85	0
Итого			605	18,9	18,6	66,2	513	30,4
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	51	3,7	3,1	27,7	155	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	94	6	2	8,4	80	1
Итого			145	9,7	5,1	36,1	235	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	37	6,9	3,2	5	76	0,3
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	144	2	4	11,8	95	6,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,7	3,9	12,7	101	0,64
Итого			413	12,6	11,1	29,5	272	7,74
Всего				51,8	45,3	208,8	1467	99

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.