

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 ноября 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	167/20	5,1	4,9	32,4	195	0,81
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	30	3,1	2,8	0,2	38	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	43/9/6	2,4	4,2	22,8	137	3,8
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,6	49	43,9
Итого			455	10,9	12	67	419	48,51
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	85	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	67	0,3	0,3	6,5	31	6,7
Итого			152	0,8	0,4	16,5	75	8,7
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	57	1,2	2,4	4,5	46	9,5
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	194/8	3,2	2,9	15,6	103	14,2
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	118	8,7	10,9	20,8	218	10,4
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,5	39	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			607	16,5	16,7	71,6	508	34,8
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	51	3,6	3	27,5	153	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	96	6	2	8,4	80	1
Итого			147	9,6	5	35,9	233	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	40	6,4	3,8	7,4	88	0,5
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	150	2,3	4,8	13,4	107	7,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4	4,2	13,4	107	0,73
Итого			427	12,7	12,8	34,2	302	8,63
Всего				50,5	46,9	225,2	1537	101,64

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.