

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

23 октября 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	5,3	31,5	193	0,88
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	31	3,2	2,9	0,2	39	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	46/10/6	2,6	4,6	24,3	147	4,1
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	12	51	46,6
Итого			457	11,1	12,9	68	430	51,58
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	89	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	72	0,3	0,3	7	34	7,2
Итого			161	0,8	0,4	17	78	9,2
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	52	1	2,4	4,1	44	7,8
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	191/8	3,1	2,2	16,2	100	12,9
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ .	124	9	10,4	22,1	219	11
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,8	40	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,8	91	0
Итого			599	16,1	15,5	71	494	32,4
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	51	3,7	3,1	27,7	155	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	88	6	2	8,4	80	1
Итого			139	9,7	5,1	36,1	235	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	40	6,2	3,9	8	92	0,4
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	152	2,3	5,3	12,9	110	7,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,7	3,9	13	103	0,63
Итого			432	12,2	13,1	33,9	305	8,33
Всего				49,9	47	226	1542	102,51

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.