

Утверждаю

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

МЕНЮ

24 апреля 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	163/20	4,9	4,3	30,9	181	0,64
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	28	3	2,7	0,2	37	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	47/15/6	2,3	3,9	26	148	6
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,6	50	45,2
Итого			459	10,5	11	68,7	416	51,84
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	75	0,3	0,3	7,3	35	7,5
Итого			156	0,8	0,4	17,3	79	9,5
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	49	1,1	1,9	3,9	39	7,8
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	200/8	4,3	3,6	16,3	117	13,2
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ .	124	7,9	9,3	22,1	207	11
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,2	38	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,7	104	0
Итого			612	16,8	15,3	73,2	505	32,6
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	50	3,6	3	27,5	153	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	93	6	2	8,4	80	1
Итого			143	9,6	5	35,9	233	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	40	6,9	3,3	7,9	89	0,3
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	132	2	4	12,5	95	6,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,8	4,1	13,1	105	0,73
Итого			406	12,7	11,4	33,5	289	7,93
Всего				50,4	43,1	228,6	1522	102,87

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.