

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

25 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	168/20	5,2	5,1	32,6	197	0,82
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	30	3,1	2,8	0,2	39	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	44/10/6	2,4	4,2	22,9	139	3,9
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,7	50	43,8
Итого			458	11	12,2	67,4	425	48,52
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	84	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	67	0,3	0,3	6,6	32	6,7
Итого			151	0,8	0,4	16,6	76	8,7
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	52	1,1	2,3	4,1	43	8,4
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	193/8	3,3	2,2	16,3	100	13,6
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ .	125	9,5	10,8	22,3	225	11,2
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,6	40	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,7	104	0
Итого			609	17,4	15,8	74	512	33,9
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	50	3,6	3	27,2	152	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	103	6	2	8,4	80	1
Итого			153	9,6	5	35,6	232	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	38	6,3	3,7	7,2	87	0,3
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	141	2,2	4,9	13,1	107	7,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,8	0,2	18,2	86	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,9	4,2	13,4	107	0,73
Итого			417	15,2	13	51,9	387	8,23
Всего				54	46,4	245,5	1632	100,35

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.