

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

26 сентября 2022 г. г.о. Самара

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерг е- тичес кая ценно сть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	159/20	4,8	4,5	30	180	0,71
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	28	2,9	2,6	0,2	36	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	42/14/6	2	3,8	23,3	135	5,7
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,1	48	43,3
Итого			449	10	11	64,6	399	49,71
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	60	0,5	0,1	10	44	2,04
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	49	0,2	0,2	4,8	23	4,9
Итого			109	0,7	0,3	14,8	67	6,94
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	41	0,8	1,9	3,4	35	6,6
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	200/8	3,4	2,9	13,6	95	11,5
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ .	109	7,3	8,2	19,4	181	9,5
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180			8,7	36	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,9	0,4	18,4	88	0
Итого			581	14,4	13,4	63,5	435	28,1
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	50	3,6	3	27,2	152	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	73	6	2	8,4	80	1
Итого			123	9,6	5	35,6	232	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	35	5,5	2,9	5,9	72	0,3
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	126	1,9	4,1	11,4	93	6,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,1	3,3	11,8	91	0,62
Итого			394	10,5	10,3	29,1	256	7,32
Всего				45,2	40	207,6	1389	93,07

Стоимость: 151 рубль

Ответственный: *Моисеева Т.А.* Моисеева Т.А.