

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад общеразвивающего вида №350" городского округа Самара
/Баландина О.В./**МЕНЮ**
27 февраля 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	165/20	4,9	5,1	31	189	0,66
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	29	3	2,7	0,2	37	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	45/16/6	2	4,4	24,6	145	6,3
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,6	50	46,6
Итого			461	10,2	12,3	67,4	421	53,56
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	65	0,3	0,3	6,3	30	6,5
Итого			148	0,8	0,4	16,3	74	8,5
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	51	1,1	2,5	4,2	44	8,1
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	200/8	4,5	3,6	16,2	118	13,5
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	132	9,5	10,8	22,8	226	11,2
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,7	40	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,8	91	0
Итого			615	18,1	17,4	71,7	519	33,6
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	50	3,6	3	27,2	152	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	107	6	2	8,4	80	1
Итого			157	9,6	5	35,6	232	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	40	6,7	3,7	8,4	93	0,4
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	137	2,1	4,4	12,6	100	6,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,6	3,9	12,5	100	0,63
Итого			412	12,4	12	33,5	293	7,93
Всего				51,1	47,1	224,5	1539	104,59

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

М.А. Моисеева

Моисеева Т.А.