

Утверждаю

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

МЕНЮ

28 марта 2022 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энер- ге- тиче- ская ценн- ость, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	163/20	4,7	5,2	30,3	186	0,4
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	28	2,8	2,6	0,2	35	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	43/10/6	2,3	4,7	22,8	142	4,2
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,4	48	42,7
Итого			450	10,1	12,6	64,7	411	47,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10	44	2,04
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	53	0,2	0,2	5,2	25	5,3
Итого			153	0,7	0,3	15,2	69	7,34
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	48	0,9	2,4	3,9	43	7,8
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	200/8	3,9	2,8	15,5	105	12,9
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ .	124	7,8	9,3	21,5	202	10,5
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,1	37	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,3	0,4	20,8	100	0
Итого			609	16	15	70,8	487	31,7
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	49	3,5	2,9	26,6	149	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	106	6	2	8,4	80	1
Итого			155	9,5	4,9	35	229	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	39	6,7	3,7	6,6	86	0,3
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	138	2	2,9	12,4	85	7,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,4	3,6	12,3	96	0,6
Итого			410	12,1	10,2	31,3	267	8
Всего				48,4	43	217	1463	95,34

Стоимость: 151 рубль

Ответственный:  Моисеева Т.А.