

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

28 августа 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	165/20	5	5,2	31,5	193	0,99
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	30	3	2,7	0,2	37	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	43/10/6	2,3	4,7	22,4	140	4,1
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	12,4	53	52
Итого			454	10,6	12,7	66,5	423	57,09
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	73	0,3	0,3	7,2	35	7,3
Итого			156	0,8	0,4	17,2	79	9,3
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	53	1,1	2,2	4,3	43	8,3
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	194/8	3,2	2,5	16,4	103	13,5
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ .	133	11,2	12,5	22,1	246	10,9
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,3	38	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			618	18,9	17,7	73,3	532	33,2
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	50	3,6	3	27,2	152	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	109	6	2	8,4	80	1
Итого			159	9,6	5	35,6	232	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	40	6,6	3,7	7,9	91	0,4
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	154	2,3	4,4	13,5	105	7,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4	4,2	13,4	107	0,73
Итого			434	12,9	12,3	34,8	303	8,73
Всего				52,8	48,1	227,4	1569	109,32

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

М.М.

Моисеева Т.А.