

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 января 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	163/20	5,1	4,4	32,2	189	0,93
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	31	3,1	2,8	0,2	39	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	42/11/6	2,3	3,2	22,8	129	4,3
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	12	51	50,5
Итого			453	10,8	10,5	67,2	408	55,73
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,7	32	6,8
Итого			149	0,8	0,4	16,7	76	8,8
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	56	1,1	2,7	4,3	47	9,2
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	197/8	3,3	2,4	16,6	103	14,5
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	130	10,3	12,4	22,1	241	10,9
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,5	39	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,8	95	0
Итого			618	17,9	18	72,3	525	35,4
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	51	3,7	3,1	27,7	155	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	109	6	2	8,4	80	1
Итого			160	9,7	5,1	36,1	235	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	42	7	4,2	8	99	0,4
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	142	2,1	5,6	12,7	111	7,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,4	0,2	15,8	75	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4	4,2	12,9	106	0,73
Итого			416	15,5	14,2	49,4	391	8,43
Всего				54,7	48,2	241,7	1635	109,36

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.