

Утверждаю

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



МЕНЮ **29 августа 2022 г.**

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическ ая ценно сть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	150/20	4,3	5,1	27,1	172	0,49
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	30	3	2,7	0,2	37	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	48/18/6	2,1	4,3	27,1	154	7,4
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	11	47	39,4
Итого			452	9,6	12,2	65,4	410	47,29
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10	44	2,04
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	51	0,2	0,2	5	24	5,1
Итого			151	0,7	0,3	15	68	7,14
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	39	0,8	2,1	3,6	37	6,1
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	200/8	3,7	4,1	13,7	110	11,1
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ .	118	8,4	10,4	19,9	210	10,1
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,1	37	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	92	0
Итого			590	16	17,1	65,4	486	27,9
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	50	3,6	3	26,9	150	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	79	6	2	8,4	80	1
Итого			129	9,6	5	35,3	230	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	36	6,2	2,4	7	73	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	113	1,6	2,5	10,3	73	6,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,7	2,8	11,1	81	0,53
Итого			382	10,5	7,7	28,4	227	6,83
Всего				46,4	42,3	209,5	1421	90,16

Стоимость: 151 рубль

Ответственный: *Мо* Моисеева Т.А.