

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

31 июля 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	164/20	5	4,4	31,5	186	0,89
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	33	3,3	3	0,2	41	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	45/13/6	2,3	4,1	24,3	142	5,1
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,3	48	43,3
Итого			461	10,9	11,6	67,3	417	49,29
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	60	0,2	0,2	5,9	28	6
Итого			143	0,7	0,3	15,9	72	8
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	53	1,1	2,1	4,2	42	8,4
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	200/8	4,3	4,2	15	119	13,2
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	131	9,6	11,1	20,9	223	10,6
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,5	40	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,5	99	0
Итого			620	18,3	17,9	70,1	523	33
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	50	3,6	3	27,5	153	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	127	6	2	8,4	80	1
Итого			177	9,6	5	35,9	233	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	40	7,1	3,4	6	84	0,4
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	140	2,2	4,2	12,1	95	7,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,7	3,9	13	103	0,64
Итого			418	13	11,5	31,1	282	8,24
Всего				52,5	46,3	220,3	1527	99,53

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.