

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ
3 июня 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	166/20	5,2	4,3	32,6	190	0,76
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	31	3,2	2,9	0,2	40	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	44/11/6	2,5	3,4	24,1	136	4,4
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,9	51	45,5
Итого			458	11,2	10,7	68,8	417	50,66
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	88	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	64	0,3	0,3	6,3	30	6,4
Итого			152	0,8	0,4	16,3	74	8,4
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	48	1	1,9	4,1	38	7,6
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	190/8	3,2	2,6	16,3	104	12,8
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	131	11,1	12	22	240	11
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,5	39	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3,5	0,5	22,6	109	0
Итого			610	18,9	17,1	74,5	530	32
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	50	3,6	3	27,2	152	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	94	6	2	8,4	80	1
Итого			144	9,6	5	35,6	232	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	41	7,4	3,2	8,4	91	0,3
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	135	2	3,9	12,2	93	7,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,4	0,2	16,1	76	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,3	4,5	13,8	113	0,85
Итого			409	16,1	11,8	50,5	373	8,25
Всего				56,6	45	245,7	1626	100,31

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

с.в.

Моисеева Т.А.