

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

20 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	166/20	4,9	5	31,7	192	0,71
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	29	2,9	2,6	0,2	36	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	45/16/6	2	4,2	24,7	144	6,3
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,8	50	45,3
Итого			462	10,1	11,9	68,4	422	52,31
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	93	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,6	32	6,8
Итого			161	0,8	0,4	16,6	76	8,8
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	50	1,1	2,1	4,2	41	7,9
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	194/8	3,3	2,2	16,9	104	13,7
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	125	9,2	10,3	22,8	221	11,2
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,4	38	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			607	17	15,1	74,5	506	33,4
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	51	3,6	3	27,5	153	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	107	6	2	8,4	80	1
Итого			158	9,6	5	35,9	233	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	40	7,3	3,3	6	83	0,3
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	132	2	4,1	12,6	97	6,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	0,2	19,2	91	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,3	4,7	13,9	116	0,82
Итого			411	16,5	12,3	51,7	387	8,02
Всего				54	44,7	247,1	1624	103,53

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.