

Утверждаю

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



МЕНЮ
22 апреля 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	167/20	5	4,9	31,8	192	0,7
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	28	3	2,7	0,2	37	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	49/16/6	2,4	4,6	27	157	6,3
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	11,3	48	39,6
Итого			466	10,6	12,3	70,3	434	46,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	94	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,6	32	6,8
Итого			162	0,8	0,4	16,6	76	8,8
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	54	1,2	2,1	4,4	42	8,8
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	198/8	3,4	2,2	17,3	106	14,6
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	127	9,3	10,5	23	224	11,3
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,4	39	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			617	17,3	15,3	75,3	513	35,3
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	51	3,7	3,1	28	157	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	86	6	2	8,4	80	1
Итого			137	9,7	5,1	36,4	237	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	39	6,6	3,3	8,3	89	0,3
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	127	1,9	4,3	11,6	95	6,3
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			405	15,7	12,5	53	391	7,42
Всего				54,1	45,6	251,6	1651	99,12

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.