

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ 10 февраля 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	166/20	5,1	4,5	32,1	189	0,74
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	30	3	2,7	0,2	37	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	39/8/6	2,1	3,7	20,5	124	3,3
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	11,2	48	40
Итого			449	10,4	11	64	398	44,04
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	90	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	66	0,3	0,3	6,5	31	6,6
Итого			156	0,8	0,4	16,5	75	8,6
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	54	1,1	2,1	4,4	43	8,5
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	191/8	3,1	1,1	16,2	90	13,8
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	124	9,7	9,8	22	216	10,9
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,4	39	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,8	95	0
Итого			604	17,1	13,5	71,8	483	33,8
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	51	3,6	3	27,5	153	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	87	6	2	8,4	80	1
Итого			138	9,6	5	35,9	233	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	39	6,6	3,2	8,9	90	0,3
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	140	2,2	4,2	13,2	100	7,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,3	77	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,9	4,2	13,4	108	0,72
Итого			413	15,2	11,8	51,8	375	8,22
Всего				53,1	41,7	240	1564	95,66

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.