

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ
19 августа 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	163/20	5	4	31,8	183	0,73
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	31	3,2	2,9	0,2	40	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	38/10/6	2	3,2	20,5	118	4,1
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	11,1	47	39,7
Итого			448	10,4	10,2	63,6	388	44,53
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	85	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	60	0,2	0,2	5,8	28	6
Итого			145	0,7	0,3	15,8	72	8
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	50	1	1,9	3,9	38	8,2
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	183/8	2,9	1,3	14,5	84	12,7
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	120	10,6	11,2	19,7	222	9,9
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,1	37	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			591	17,9	14,9	68,4	483	31,3
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	51	3,6	3	27,4	153	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	96	6	2	8,4	80	1
Итого			147	9,6	5	35,8	233	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	37	6,1	3,2	7	81	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	133	1,9	4,1	11,9	94	6,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,2	0,2	14,8	70	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4	4,2	13,3	108	0,73
Итого			401	14,2	11,7	47	353	7,73
Всего				52,8	42,1	230,6	1529	92,56

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.