

Утверждаю

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

/Баландина О.В./

МЕНЮ

7 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	106	8,7	17,1	2	196	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	29	0,6	0,1	3,1	14	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	48/4/12	4,6	7	17,4	152	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	169	5	5,2	16,7	135	0,9
Итого			368	18,9	29,4	39,2	497	1,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	76	0,5	0,1	10	43	2
Итого			76	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	47	0,5	1,6	3,8	32	1,4
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	188/8	2,9	2,5	15,7	98	16,8
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	59	11,6	11,5	8,8	186	0,2
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	124	2,6	2,8	21,6	123	11,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	92	0
Итого			651	20,6	18,8	77	563	29,5
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	4,4	4,4	25,1	157	5,68
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	86	2,5	2,2	3,6	47	0,3
Итого			156	6,9	6,6	28,7	204	5,98
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	92/9	9,5	6,5	23	190	0,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	71	0,3	0,3	6,8	32	2,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,7	79	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,4	30	0,04
Итого			406	12,5	7	53,9	331	2,94
Всего				59,4	61,9	208,8	1638	42,12

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.