

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

# МЕНЮ

21 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	105	8,8	15,7	2	184	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	25	0,5	0,1	2,7	12	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	38/4/12	4,6	6,5	15	139	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	5	5,2	16,6	135	0,9
<b>Итого</b>			<b>354</b>	<b>18,9</b>	<b>27,5</b>	<b>36,3</b>	<b>470</b>	<b>1,6</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	43	2
<b>Итого</b>			<b>83</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	45	0,5	1,6	3,6	31	1,3
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	194/8	3	2,6	16,5	105	17,8
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	55	10,5	10,4	9,5	173	0,2
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	133	2,8	2,8	23,2	129	11,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,7	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,5	99	0
<b>Итого</b>			<b>663</b>	<b>20</b>	<b>17,8</b>	<b>81</b>	<b>568</b>	<b>31,2</b>
<b>Полдник</b>								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	4,2	4,6	23,4	152	5,99
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	94	2,7	2,3	3,9	51	0,3
<b>Итого</b>			<b>164</b>	<b>6,9</b>	<b>6,9</b>	<b>27,3</b>	<b>203</b>	<b>6,29</b>
<b>Ужин</b>								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	90/9	8,5	6,3	20	174	0,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	64	0,3	0,3	6,1	29	2,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,8	0,2	18,2	86	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,3	30	0,04
<b>Итого</b>			<b>401</b>	<b>11,8</b>	<b>6,8</b>	<b>51,6</b>	<b>319</b>	<b>2,74</b>
<b>Всего</b>				<b>58,1</b>	<b>59,1</b>	<b>206,2</b>	<b>1603</b>	<b>43,83</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.