

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

22 мая 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,9	7,8	23,1	188	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45/12	5,5	8,2	16,4	162	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	197	5,1	5,4	15,7	133	0,9
Итого			434	16,5	21,4	55,2	483	1,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	84	0,5	0,1	10	43	2
Итого			84	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,5	1,9	1,5	25	4,8
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	201/8/4	3,3	3,3	16	111	13,4
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	122	12,8	10,6	22,2	237	11,4
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	16,2	67	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,3	0,4	21	101	0
Итого			614	20,2	16,3	76,9	541	29,6
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	50	4,2	4,5	29,1	173	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	131	3,7	3,2	5,3	69	0,2
Итого			181	7,9	7,7	34,4	242	0,2
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	102/10	18	11,7	22,5	270	0,28
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,5	31	2,7
2008		ХЛЁБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,6	79	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		8,2	33	0,43
Итого			414	21	12,2	53,8	413	3,41
Всего				66,1	57,7	230,3	1722	36,81

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.