

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №350" городского округа Самара
/Баландина О.В./



МЕНЮ
24 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	106	8	14,9	2,4	175	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	26	0,5	0,1	2,8	13	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	43/4/12	5	7,2	13,6	139	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	218	6,2	6,8	18,4	161	1,1
Итого			409	19,7	29	37,2	488	1,8
II Завтрак								
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	76	0,3	0,3	7,3	35	3
Итого			76	0,3	0,3	7,3	35	3
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	47	0,6	1,7	3,7	32	1,3
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	194/8	3,1	2,5	16,3	100	17,4
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	59	11,6	11,3	7,3	178	0,3
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	122	2,6	2,6	21,1	120	10,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,7	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,9	0,4	18,4	88	0
Итого			653	20,8	18,5	74,5	549	29,9
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	4,2	4	24,7	151	5,67
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	145	0,5	0,1	10	43	2
Итого			215	4,7	4,1	34,7	194	7,67
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	100/9	10,3	7,2	18,8	183	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,5	0,2	16,8	79	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,2	29	0,03
Итого			344	13	7,4	42,8	291	0,33
Всего				58,5	59,3	196,5	1557	42,7

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:  Моисеева Т.А.