

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
26 апреля 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 | 107 | 8,8 | 17,3 | 2 | 198 | 0,2 |
| к/к | к/к | КУКУРУЗА САХАРНАЯ | 24 | 0,5 | | 2,5 | 12 | 0,4 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ | 43/4/12 | 4,4 | 6,9 | 14,7 | 140 | 0 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 172 | 5 | 5,3 | 17,3 | 138 | 0,9 |
| Итого | | | 362 | 18,7 | 29,5 | 36,5 | 488 | 1,5 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 90 | 0,5 | 0,1 | 10 | 43 | 2 |
| Итого | | | 90 | 0,5 | 0,1 | 10 | 43 | 2 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 71 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 43 | 0,5 | 1,7 | 3,4 | 32 | 1,2 |
| 2008 | 84 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 199/8 | 3,1 | 2,6 | 16,7 | 104 | 18,6 |
| 2008 | 272 | БИТОЧКИ МЯСНЫЕ | 50 | 7,7 | 8,4 | 9,4 | 145 | 0,5 |
| 2008 | 55 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛеныМ ЛУКОМ | 119 | 2,5 | 3,1 | 20,7 | 122 | 10,6 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | | | 8,7 | 35 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 47 | 3,1 | 0,4 | 19,8 | 95 | 0 |
| Итого | | | 646 | 16,9 | 16,2 | 78,7 | 533 | 30,9 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 451 | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ | 70 | 4,6 | 5 | 25,4 | 164 | 7,04 |
| 2008 | 435 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5 %) | 89 | 2,6 | 2,2 | 3,7 | 48 | 0,3 |
| Итого | | | 159 | 7,2 | 7,2 | 29,1 | 212 | 7,34 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 0610 | КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ | 94/9 | 9,4 | 6 | 22,3 | 182 | 0,2 |
| 2008 | | СВЕЖИЙ ФРУКТ | 67 | 0,3 | 0,3 | 6,4 | 31 | 2,7 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 31 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 7,9 | 32 | 0,03 |
| Итого | | | 401 | 12,1 | 6,5 | 51,7 | 316 | 2,93 |
| Всего | | | | 55,4 | 59,5 | 206 | 1592 | 44,67 |

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.