

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
**1 августа 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,2	6,1	28,9	197	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	50/12/6	2,6	4,4	25,4	152	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5	5,2	16,6	134	0,9
<b>Итого</b>			<b>428</b>	<b>13,8</b>	<b>15,7</b>	<b>70,9</b>	<b>483</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	78	0,5	0,1	10	44	2
<b>Итого</b>			<b>78</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10</b>	<b>44</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	46	0,4	2,1	3,1	34	1,1
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	195/16	5,2	2	23,1	131	5,7
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	31/8	8,1	11,1	2,1	144	1,4
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,9	2,9	30,7	161	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	57	3,8	0,5	24	116	0
<b>Итого</b>			<b>683</b>	<b>20,4</b>	<b>18,6</b>	<b>90,8</b>	<b>617</b>	<b>8,2</b>
<b>Полдник</b>								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	4,2	2,7	28,5	154	2,84
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	106	3	2,5	4,1	54	0,3
<b>Итого</b>			<b>176</b>	<b>7,2</b>	<b>5,2</b>	<b>32,6</b>	<b>208</b>	<b>3,14</b>
<b>Ужин</b>								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	96	7,1	7,2	3,9	111	2,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,7	84	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	60	0,2	0,2	5,7	28	2,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,2	30	0,04
<b>Итого</b>			<b>391</b>	<b>10,2</b>	<b>7,6</b>	<b>34,5</b>	<b>253</b>	<b>4,84</b>
<b>Всего</b>				<b>52,1</b>	<b>47,2</b>	<b>238,8</b>	<b>1605</b>	<b>19,68</b>

Стоимость 179 рублей