

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

2 октября 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	6,6	21,3	166	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	44/12	5,2	7,5	17	157	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	164	4,2	4,4	13,9	112	0,7
Итого			400	14,4	18,5	52,2	435	1,3
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	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	43	0,4	1,9	1,4	24	4
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	195/8/4	3,1	1,9	15,6	95	12,9
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	112	8,5	6,9	23,1	189	11,9
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	16,2	67	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,4	0,5	21,9	105	0
Итого			594	15,7	11,3	78,2	480	28,8
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	49	4,1	4,6	28,5	171	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	83	2,3	2	3,4	43	0,1
Итого			132	6,4	6,6	31,9	214	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	81/10	12,7	8,7	26,2	236	0,12
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	72	0,3	0,3	6,9	33	2,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,7	0,2	17,7	83	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		7,9	33	0,33
Итого			399	15,9	9,2	58,7	385	3,35
Всего				52,9	45,7	231	1557	35,55

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.