

Утверждаю

Заведующий

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

**МЕНЮ**  
5 сентября 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,2	6,3	23,1	166	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	39/12/4	1,9	3,7	19,8	121	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,4	2,4	11,6	79	0,43
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>8,5</b>	<b>12,4</b>	<b>54,5</b>	<b>366</b>	<b>0,93</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	60	0,2	0,2	5,7	28	2,4
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	87	0,5	0,1	10	44	2
<b>Итого</b>			<b>147</b>	<b>0,7</b>	<b>0,3</b>	<b>15,7</b>	<b>72</b>	<b>4,4</b>
<b>Обед</b>								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50	0,5	2,2	1,6	30	7,7
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	202/8	2,9	1,7	19,2	107	8,6
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	9,4	10,6	9,4	171	0,5
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	125	14,5	2,6	30,2	202	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180			8,8	36	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,7	104	0
<b>Итого</b>			<b>666</b>	<b>30,7</b>	<b>17,5</b>	<b>90,9</b>	<b>650</b>	<b>17,3</b>
<b>Полдник</b>								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	50	3,5	4,5	32,4	183	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	74	2,1	1,8	2,9	38	0,2
<b>Итого</b>			<b>124</b>	<b>5,6</b>	<b>6,3</b>	<b>35,3</b>	<b>221</b>	<b>0,2</b>
<b>Ужин</b>								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	39	6,2	2,8	8,6	85	0,8
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	102	1,8	2,3	11,8	77	6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,8	0,2	18,3	87	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	10,6	45	35
<b>Итого</b>			<b>379</b>	<b>11</b>	<b>5,4</b>	<b>49,3</b>	<b>294</b>	<b>41,8</b>
<b>Всего</b>				<b>56,5</b>	<b>41,9</b>	<b>245,7</b>	<b>1603</b>	<b>64,63</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.