

Утверждаю

Заведующий

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

/Баландина О.В./

МЕНЮ
6 марта 2025 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,9	5,8	30,1	197	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	40/12/6	2	4,1	19,8	125	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4	4,3	15,9	120	0,7
Итого			418	11,9	14,2	65,8	442	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	94	0,5	0,1	10	44	2
Итого			94	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	51	0,5	2,3	3,5	38	1,2
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	199/16	6,4	1,6	24,3	137	5,7
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	28/4	7,1	9,7	1,7	125	1,3
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3	2,1	31,3	157	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,9	36	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	97	0
Итого			676	20,2	16,1	90	590	8,2
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	4,2	2,2	28,3	150	2,19
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	86	2,4	2	3,3	44	0,2
Итого			156	6,6	4,2	31,6	194	2,39
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	102	6,9	7,1	4,7	110	3,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,6	0,2	16,9	80	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	60	0,2	0,2	5,7	27	2,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	33	0,03
Итого			396	9,8	7,5	35,4	250	5,93
Всего				49	42,1	232,8	1520	19,62

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.