

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

8 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		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,2	6,8	22,9	170	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	41/12/4	2,1	4,2	20,6	129	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,5	2,5	12	81	0,43
Итого			417	8,8	13,5	55,5	380	0,93
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	56	0,2	0,2	5,3	26	2,2
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	95	0,5	0,1	10	44	2
Итого			151	0,7	0,3	15,3	70	4,2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	55	0,6	2,6	2	34	9,4
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	216/8	3,3	2,5	20,3	122	9
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	58	10,9	12,5	9,5	194	0,7
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	123	14,1	2,7	29,4	199	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,1	37	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,8	95	0
Итого			687	32,1	20,8	90,1	681	19,6
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	51	3,5	4,6	32,8	186	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	93	2,6	2,2	3,6	48	0,2
Итого			144	6,1	6,8	36,4	234	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	41	6,5	3,2	8,7	90	0,8
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	106	1,7	2,6	11,7	79	6,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,8	0,2	18,5	88	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	12,1	52	49,5
Итого			385	11,3	6,1	51	309	56,4
Всего				59	47,5	248,3	1674	81,33

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.