

Утверждаю

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



МЕНЮ
8 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 | 190 | КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ | 180 | 4,8 | 6,4 | 21,5 | 165 | 0,6 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 38/7 | 2,6 | 4,6 | 17,8 | 124 | 0 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 162 | 3,4 | 3,6 | 12 | 95 | 0,6 |
| Итого | | | 387 | 10,8 | 14,6 | 51,3 | 384 | 1,2 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 96 | 0,5 | 0,1 | 10 | 44 | 2 |
| Итого | | | 96 | 0,5 | 0,1 | 10 | 44 | 2 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 50 | САЛАТ "СВЕКОЛКА" | 49 | 0,7 | 1,6 | 5,2 | 38 | 1,8 |
| 2008 | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ | 194/8 | 2,2 | 2,1 | 11,7 | 76 | 12,7 |
| 2008 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 112 | 8 | 9,5 | 11,9 | 167 | 20,9 |
| 2008 | 401 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 180 | 0,3 | 0,1 | 15,4 | 64 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 49 | 3,2 | 0,4 | 20,7 | 100 | 0 |
| Итого | | | 592 | 14,4 | 13,7 | 64,9 | 445 | 35,4 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 483 | КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ | 52 | 3,6 | 5,4 | 33,1 | 194 | 0 |
| 2008 | 435 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%) | 79 | 6 | 0,2 | 8 | 62 | 2 |
| Итого | | | 131 | 9,6 | 5,6 | 41,1 | 256 | 2 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 233 | МОРКОВНЫЕ СЫРНИКИ С ПОВИДЛОМ | 85/9 | 9,5 | 10,3 | 38 | 284 | 0,5 |
| 2008 | | СВЕЖИЙ ФРУКТ | 72 | 0,3 | 0,3 | 7,1 | 34 | 7,2 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 33 | 2,5 | 0,2 | 16,7 | 79 | 0 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0,1 | | 7,3 | 30 | 0,13 |
| Итого | | | 399 | 12,4 | 10,8 | 69,1 | 427 | 7,83 |
| Всего | | | | 47,7 | 44,8 | 236,4 | 1556 | 48,43 |

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: *с.л.ф.* Моисеева Т.А.