

Утверждаю

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



## МЕНЮ

9 января 2025 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	5	7,2	17,4	155	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	44/12/6	2,2	4,9	21,7	140	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,5	4,9	17,5	133	0,8
<b>Итого</b>			<b>422</b>	<b>11,7</b>	<b>17</b>	<b>56,6</b>	<b>428</b>	<b>1,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	88	0,5	0,1	10	44	2
<b>Итого</b>			<b>88</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10</b>	<b>44</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	58	0,6	3,3	4	49	1,3
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	203/16	6,3	1,2	24,9	134	6
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	27/4	6,2	10,2	2	127	1,4
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,9	1,1	30,7	145	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9,5	38	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,5	0,5	22,1	107	0
<b>Итого</b>			<b>690</b>	<b>19,5</b>	<b>16,3</b>	<b>93,2</b>	<b>600</b>	<b>8,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	3,9	1,6	28,6	144	2,71
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	95	2,7	2,3	3,7	49	0,3
<b>Итого</b>			<b>165</b>	<b>6,6</b>	<b>3,9</b>	<b>32,3</b>	<b>193</b>	<b>3,01</b>
<b>Ужин</b>								
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	117	2	4	13,7	101	7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	3	0,2	19,4	92	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	67	0,3	0,3	6,3	30	2,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		8,5	35	0,03
<b>Итого</b>			<b>423</b>	<b>5,5</b>	<b>4,5</b>	<b>47,9</b>	<b>258</b>	<b>9,73</b>
<b>Всего</b>				<b>43,8</b>	<b>41,8</b>	<b>240</b>	<b>1523</b>	<b>24,84</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

*М.А. Моисеева*

Моисеева Т.А.