

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ
9 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 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 95 | 7,8 | 16,7 | 1,8 | 188 | 0,2 |
| к/к | к/к | КУКУРУЗА САХАРНАЯ | 22 | 0,4 | | 2,3 | 11 | 0,4 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ | 37/4/12 | 3,6 | 5,5 | 13,8 | 120 | 0 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 148 | 4,4 | 4,7 | 16,4 | 125 | 0,8 |
| Итого | | | 318 | 16,2 | 26,9 | 34,3 | 444 | 1,4 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 92 | 0,5 | 0,1 | 10 | 43 | 2 |
| Итого | | | 92 | 0,5 | 0,1 | 10 | 43 | 2 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 71 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 47 | 0,6 | 1,7 | 3,7 | 33 | 1,3 |
| 2008 | 84 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 200/8 | 3,3 | 2,6 | 16,9 | 106 | 19,1 |
| 2008 | 272 | БИТОЧКИ МЯСНЫЕ | 52 | 8,9 | 9,6 | 10 | 161 | 0,4 |
| 2008 | 55 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ | 124 | 2,6 | 3,3 | 21,5 | 128 | 11,1 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | | | 8,8 | 35 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 47 | 3,1 | 0,4 | 19,8 | 95 | 0 |
| Итого | | | 658 | 18,5 | 17,6 | 80,7 | 558 | 31,9 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 451 | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ | 69 | 4,4 | 4,5 | 24,9 | 158 | 6,63 |
| 2008 | 435 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%) | 90 | 2,6 | 2,3 | 3,8 | 49 | 0,3 |
| Итого | | | 159 | 7 | 6,8 | 28,7 | 207 | 6,93 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 0610 | КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ | 81/9 | 7,8 | 5,5 | 23,3 | 177 | 0,1 |
| 2008 | | СВЕЖИЙ ФРУКТ | 68 | 0,3 | 0,3 | 6,4 | 31 | 2,7 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 37 | 2,7 | 0,2 | 17,9 | 85 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,2 | | 8,1 | 33 | 0,03 |
| Итого | | | 395 | 11 | 6 | 55,7 | 326 | 2,83 |
| Всего | | | | 53,2 | 57,4 | 209,4 | 1578 | 45,06 |

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.