

Утверждаю

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



# МЕНЮ

9 декабря 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	163/20	5	4,3	31,6	185	0,72
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	30	3	2,7	0,2	37	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	37/8/6	2	3,6	19,4	118	3,1
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	11,1	47	38,2
<b>Итого</b>			<b>444</b>	<b>10,2</b>	<b>10,7</b>	<b>62,3</b>	<b>387</b>	<b>42,02</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	86	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	69	0,3	0,3	6,7	32	6,9
<b>Итого</b>			<b>155</b>	<b>0,8</b>	<b>0,4</b>	<b>16,7</b>	<b>76</b>	<b>8,9</b>
<b>Обед</b>								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	50	1,1	2,1	4	41	8
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	190/8	3,1	1,2	16,3	90	13,7
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	121	8,9	9	22,5	207	11,1
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,4	38	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,5	0,5	22,1	107	0
<b>Итого</b>			<b>601</b>	<b>16,7</b>	<b>12,9</b>	<b>74,3</b>	<b>483</b>	<b>33,4</b>
<b>Полдник</b>								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	51	3,7	3,1	27,7	155	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	78	6	2	8,4	80	1
<b>Итого</b>			<b>129</b>	<b>9,7</b>	<b>5,1</b>	<b>36,1</b>	<b>235</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	34	5,1	3,1	8,5	83	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	123	2	4	11,3	90	6,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,9	0,2	19,3	91	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,1	4,4	13,5	111	0,72
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>14,1</b>	<b>11,7</b>	<b>52,6</b>	<b>375</b>	<b>7,02</b>
<b>Всего</b>				<b>51,5</b>	<b>40,8</b>	<b>242</b>	<b>1556</b>	<b>92,34</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: *М.А. Моисеева*

Моисеева Т.А.