

Утверждаю

Заведующий

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

/Баландина О.В./



МЕНЮ
10 апреля 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,5	7	22	174	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	4,6	7,1	15	144	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	179	4,5	4,9	14,8	122	0,8
Итого			411	14,6	19	51,8	440	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	90	0,5	0,1	10	43	2
Итого			90	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	44	0,4	1,7	1,4	23	4,2
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	192/8/4	3	2,9	15,2	103	12,2
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	112	8,8	6,9	23,2	191	11,9
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	15,7	65	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3,5	0,5	22,7	109	0
Итого			593	16	12,1	78,2	491	28,3
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	50	4,3	3,9	29,8	172	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	102	2,8	2,4	4,2	53	0,1
Итого			152	7,1	6,3	34	225	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	92/10	15,5	9,7	23,8	247	0,24
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	67	0,3	0,3	6,4	31	2,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,8	0,2	18,8	89	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		8,3	34	0,43
Итого			408	18,7	10,2	57,3	401	3,37
Всего				56,9	47,7	231,3	1600	35,27

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.