

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



# МЕНЮ

10 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,7	6,1	28,8	194	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	43/12/6	2,2	4,5	21,4	135	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,3	4,5	17,1	126	0,8
<b>Итого</b>			<b>421</b>	<b>12,2</b>	<b>15,1</b>	<b>67,3</b>	<b>455</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	87	0,5	0,1	10	44	2
<b>Итого</b>			<b>87</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	57	0,6	2,5	4,1	43	1,5
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	201/16	6	1,9	24	137	5,9
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	27/4	6,1	9,2	1,9	116	1,3
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,8	2,3	30	152	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,7	104	0
<b>Итого</b>			<b>686</b>	<b>18,9</b>	<b>16,3</b>	<b>91,4</b>	<b>591</b>	<b>8,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	4	2,1	27,4	144	2,04
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	87	2,4	2,1	3,4	45	0,2
<b>Итого</b>			<b>157</b>	<b>6,4</b>	<b>4,2</b>	<b>30,8</b>	<b>189</b>	<b>2,24</b>
<b>Ужин</b>								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	92	5,9	7	4,3	105	2,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,9	0,2	18,8	89	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	59	0,2	0,2	5,6	27	2,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		8,8	36	0,03
<b>Итого</b>			<b>388</b>	<b>9,2</b>	<b>7,4</b>	<b>37,5</b>	<b>257</b>	<b>4,93</b>
<b>Всего</b>				<b>47,2</b>	<b>43,1</b>	<b>237</b>	<b>1536</b>	<b>19,07</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.