

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ
11 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		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,3	6,5	22,1	169	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	4,4	6,4	16,2	141	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	172	4,3	4,6	15,2	121	0,7
Итого			404	14	17,5	53,5	431	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	86	0,5	0,1	10	43	2
Итого			86	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0,4	1,7	1,3	23	3,6
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	191/8/4	3,1	1,8	15,5	93	12,4
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	115	8,6	7	24	193	12,4
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	17	71	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21	101	0
Итого			588	15,7	11	78,8	481	28,4
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	49	4,1	4,4	28,7	170	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	92	2,6	2,2	3,8	48	0,1
Итого			141	6,7	6,6	32,5	218	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	74/10	11,1	7,7	25,3	216	0,14
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	75	0,3	0,3	7,2	34	3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,7	79	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		9	37	0,13
Итого			393	14,1	8,2	58,2	366	3,27
Всего				51	43,4	233	1539	35,07

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.