

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ
12 марта 2025 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	6,9	22,2	174	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	4,6	6,6	16,2	143	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	182	4,6	5	15,1	124	0,8
Итого			414	14,7	18,5	53,5	441	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	43	2
Итого			83	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	41	0,4	1,8	1,4	24	3,8
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	199/8/4	3,3	1,9	16,6	99	12,7
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	115	8,1	6,4	24,7	189	12,7
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	16,3	67	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,8	100	0
Итого			596	15,3	10,6	79,8	479	29,2
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	50	4,2	4,4	29	172	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	97	2,7	2,3	4	51	0,1
Итого			147	6,9	6,7	33	223	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	82/10	13	8,6	24,7	232	0,15
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	73	0,3	0,3	7	33	2,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,4	0,2	16,2	77	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		8,4	34	0,33
Итого			398	15,8	9,1	56,3	376	3,38
Всего				53,2	45	232,6	1562	36,18

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.