

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

12 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	103	8,4	15,5	2	180	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	31	0,6	0,1	3,3	15	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	41/4/12	4,2	5,8	14,9	130	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	176	5	5,4	16,8	137	0,9
Итого			367	18,2	26,8	37	462	1,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	79	0,5	0,1	10	43	2
Итого			79	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	43	0,4	1,6	3,4	31	1,2
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/8	3,2	2,4	17,3	106	18,2
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	53	8,8	9,1	9,6	155	0,5
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	130	2,8	3,1	22,7	130	11,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	97	0
Итого			662	18,4	16,6	81,3	551	31,5
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	4,6	4,7	25,8	164	6,07
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	103	3	2,6	4,3	56	0,3
Итого			173	7,6	7,3	30,1	220	6,37
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	94/9	9,4	6,1	22,1	182	0,2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	63	0,3	0,3	6	29	2,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,3	0,2	15,3	72	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	28	0,02
Итого			397	12,1	6,6	50,4	311	2,72
Всего				56,8	57,4	208,8	1587	44,29

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.