

Утверждаю

Заведующий

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

Баландина О.В./

МЕНЮ
12 сентября 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6	6,7	30	204	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	43/12/6	2,1	4,9	21,2	138	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,5	4,8	17	130	0,8
Итого			421	12,6	16,4	68,2	472	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,5	0,1	10	44	2
Итого			81	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	57	0,6	2,6	4	43	1,4
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	195/16	6,2	1,2	24,2	132	5,3
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	29/4	7,7	10,7	1,8	136	1,3
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,6	1,2	27,6	131	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9,1	37	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	97	0
Итого			679	20,3	16,1	87	576	8
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	3,9	1,8	27	139	2,29
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	98	2,7	2,3	3,8	50	0,3
Итого			168	6,6	4,1	30,8	189	2,59
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	100	5,6	7,2	5	108	3,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,4	0,2	15,7	74	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	66	0,3	0,3	6,3	30	2,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		8,4	34	0,03
Итого			397	8,5	7,7	35,4	246	6,13
Всего				48,5	44,4	231,4	1527	20,02

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.