

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ
13 февраля 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,1	7,1	24,5	184	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	42/12/4	2,2	3,8	21,4	129	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3	3,2	13,1	94	0,63
Итого			418	10,3	14,1	59	407	1,23
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	64	0,3	0,3	6	29	2,6
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	44	2
Итого			147	0,8	0,4	16	73	4,6
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	53	0,6	2	1,8	28	9,2
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	199/8	2,8	1,6	18,4	102	8,2
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	57	9,9	10,8	9,4	173	0,6
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	125	14,4	2,5	30,1	200	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,6	40	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			671	31	17,4	90	643	18,7
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	53	3,6	4,3	32,9	185	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	96	2,7	2,3	3,8	50	0,3
Итого			149	6,3	6,6	36,7	235	0,3
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	41	7	2,7	8,2	85	0,8
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	107	1,9	2	11,8	75	6,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,6	0,2	17,5	82	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	11,1	47	36,9
Итого			384	11,7	5	48,6	289	44
Всего				60,1	43,5	250,3	1647	68,83

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.