

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №350" городского округа Самара
Баландина О.В./

МЕНЮ
13 ноября 2024 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ тех. 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	5,4	6,7	22,2	172	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	42/12	5	7	16,2	149	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	176	4,4	4,8	14,7	121	0,8
Итого			410	14,8	18,5	53,1	442	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	97	0,5	0,1	10	43	2
Итого			97	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	42	0,4	2	1,4	26	3,8
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	195/8/4	3	1,9	15,6	95	12,8
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	117	9,1	7,3	23,9	199	12,4
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	16,2	67	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,3	0,4	20,8	100	0
Итого			595	16,1	11,7	77,9	487	29
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	50	4,2	4,5	29	173	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	91	2,5	2,2	3,7	48	0,1
Итого			141	6,7	6,7	32,7	221	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	79/10	12,2	9	25,8	235	0,14
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	73	0,3	0,3	7	33	2,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,4	0,2	16,1	76	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		8,2	34	0,23
Итого			395	15	9,5	57,1	378	3,27
Всего				53,1	46,5	230,8	1571	35,87

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:  Моисеева Т.А.