

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



**МЕНЮ**  
13 декабря 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	94	7,4	14,6	2	168	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	27	0,5	0,1	2,9	13	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/4/12	4,1	5,6	14,9	128	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	169	4,9	5,2	17,2	137	0,9
<b>Итого</b>			<b>346</b>	<b>16,9</b>	<b>25,5</b>	<b>37</b>	<b>446</b>	<b>1,6</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	93	0,5	0,1	10	43	2
<b>Итого</b>			<b>93</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	45	0,5	1,5	3,5	31	1,2
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	199/8	3,2	2,7	16,9	107	18
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	47	7,1	7,7	9,6	136	0,5
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	124	2,6	3	21,6	125	11
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,8	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	3,7	0,5	23,6	113	0
<b>Итого</b>			<b>659</b>	<b>17,1</b>	<b>15,4</b>	<b>84</b>	<b>547</b>	<b>30,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	69	4,1	4,3	24	151	6,04
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	85	2,5	2,1	3,6	46	0,3
<b>Итого</b>			<b>154</b>	<b>6,6</b>	<b>6,4</b>	<b>27,6</b>	<b>197</b>	<b>6,34</b>
<b>Ужин</b>								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	77/9	7,5	4,9	23	167	0,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	64	0,3	0,3	6,1	29	2,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,3	0,2	15,6	74	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	33	0,03
<b>Итого</b>			<b>382</b>	<b>10,2</b>	<b>5,4</b>	<b>52,8</b>	<b>303</b>	<b>2,73</b>
<b>Всего</b>				<b>51,3</b>	<b>52,8</b>	<b>211,4</b>	<b>1536</b>	<b>43,37</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.