

Утверждаю

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

МЕНЮ
14 февраля 2025 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	101	7,8	15,4	2,1	178	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	25	0,5		2,6	12	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	42/4/12	4,2	5,8	15,5	132	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	186	5,3	5,7	16,9	142	1
Итого			370	17,8	26,9	37,1	464	1,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	43	2
Итого			83	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	44	0,5	1,7	3,6	31	1,2
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	195/8	3	2,4	16,6	103	16,4
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	50	7,6	8,2	9,8	144	0,5
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	126	2,7	3,2	21,9	127	11,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,7	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			652	17	15,9	80,3	536	29,3
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	69	4,1	4,6	23,6	152	6,27
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	95	2,8	2,4	4	51	0,3
Итого			164	6,9	7	27,6	203	6,57
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	91/9	8,4	5,8	21,7	175	0,2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	73	0,3	0,3	7	33	2,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,8	0,2	12,4	59	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,1	29	0,03
Итого			399	10,7	6,3	48,2	296	3,13
Всего				52,9	56,2	203,2	1542	42,7

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.