Утверждаю

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

МЕНЮ

14 марта 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	103	8,2	15,9	2	183	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	28	0,6	0,1	2,9	13	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	43/4/12	4,5	6,2	15,1	135	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	179	5,1	5,5	17,5	142	0,9
Итого			**369**	**18,4**	**27,7**	**37,5**	**473**	**1,6**
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	94	0,5	0,1	10	43	2
Итого			**94**	**0,5**	**0,1**	**10**	**43**	**2**
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	44	0,5	1,7	3,4	31	1,2
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	192/8	3	2,4	15,4	96	17,6
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	47	7,3	7,9	9,5	138	0,3
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	114	2,4	2,9	19,7	114	10,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	97	0
Итого			**633**	**16,4**	**15,3**	**77**	**511**	**29,2**
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	69	4,1	4,4	24,3	153	5,96
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	92	2,7	2,3	3,9	50	0,3
Итого			**161**	**6,8**	**6,7**	**28,2**	**203**	**6,26**
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	81/9	8,3	5,3	21,8	170	0,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	58	0,2	0,2	5,5	27	2,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,8	0,2	11,8	56	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8	32	0,02
Итого			**372**	**10,4**	**5,7**	**47,1**	**285**	**2,42**
Всего				**52,5**	**55,5**	**199,8**	**1515**	**41,48**

Стоимость: 179 рублей

Ответствекнный: Моисеева Т.А.