

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

15 января 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,7	5,5	20,7	154	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	38/12	4,1	5,6	16,1	132	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	153	3,6	3,9	14,5	108	0,6
Итого			383	12,4	15	51,3	394	1,1
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	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	38	0,3	3	1,3	34	3,2
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	197/8/4	3,2	2,4	16,2	104	12,1
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	109	7,1	6,5	23,5	182	12,1
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	16,3	67	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21	101	0
Итого			586	14,2	12,4	78,3	488	27,4
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	51	4,1	4,8	30	180	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	77	2,1	1,8	3,1	40	0,1
Итого			128	6,2	6,6	33,1	220	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	68/10	9,4	9,2	27,1	230	0,14
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	67	0,3	0,3	6,4	31	2,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,6	0,2	17,4	82	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		9,3	38	0,12
Итого			381	12,4	9,7	60,2	381	2,96
Всего				45,7	43,8	232,9	1526	33,56

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.