

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

15 апреля 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		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,1	6,6	22,4	173	0,8
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	47/12	2,4	0,9	27,7	127	6,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8	32	0,02
Итого			419	8,6	7,5	58,1	332	7,32
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	86	0,5	0,1	10	44	2
Итого			86	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	60	1	2,3	4,4	43	8,4
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	194/9	2,7	2,2	15,3	96	13,1
2008	314	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	59	8,8	10,8	9	168	1,1
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	139	4,4	3,1	28,2	157	0,56
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,5	0,5	22,1	107	0
Итого			693	20,4	18,9	86,8	602	23,16
Полдник								
2008	464	БУЛОЧКА "ЛЮБАВА"	50	4,2	4,2	29	170	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	97	2,8	2,4	4,1	52	0,3
Итого			147	7	6,6	33,1	222	0,3
Ужин								
2008	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	91	9,1	6,5	4,2	113	1,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,1	0,3	20,4	96	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,7	5	15,9	129	0,8
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,4	31	2,7
Итого			400	17,2	12,1	46,9	369	4,9
Всего				53,7	45,2	234,9	1569	37,68

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.