

Утверждаю

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

Заведующий
/Баландина О.В./



МЕНЮ

15 августа 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,9	5,5	29,3	191	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	41/12/6	2,1	3,5	20,9	124	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,4	4,6	15,9	123	0,8
Итого			419	12,4	13,6	66,1	438	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,5	0,1	10	44	2
Итого			81	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	48	0,5	2,3	3,3	38	1,1
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/16	6,2	1,9	24,8	141	5,9
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	31/7	7,9	10,9	2	140	1,4
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,7	2,6	28,7	149	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,2	33	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,5	99	0
Итого			680	20,5	18,1	87,5	600	8,4
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	4,1	2,1	28,1	147	2,33
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5 %)	102	2,8	2,4	4	52	0,3
Итого			172	6,9	4,5	32,1	199	2,63
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	92	6,9	7,8	3,8	115	2,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,6	69	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	61	0,2	0,2	5,8	28	2,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,3	30	0,03
Итого			382	9,5	8,2	31,5	242	5,03
Всего				49,8	44,5	227,2	1523	19,26

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.