

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

# МЕНЮ

15 октября 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	170	4,8	6,6	16	144	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/7	2,3	4,8	16	117	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		8,1	33	0,03
<b>Итого</b>			<b>412</b>	<b>7,3</b>	<b>11,4</b>	<b>40,1</b>	<b>294</b>	<b>0,63</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	84	0,4	0,1	8,5	36	1,7
<b>Итого</b>			<b>84</b>	<b>0,4</b>	<b>0,1</b>	<b>8,5</b>	<b>36</b>	<b>1,7</b>
<b>Обед</b>								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	47	0,8	1,9	3,3	34	7,1
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	196/10	3,8	1,7	27,3	143	9,5
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	53	7,5	10,8	13,9	180	1
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С СОУСОМ	150/20	6,2	4,1	28,5	174	0,47
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,3	0,4	21	101	0
<b>Итого</b>			<b>705</b>	<b>21,6</b>	<b>18,9</b>	<b>101,8</b>	<b>663</b>	<b>18,07</b>
<b>Полдник</b>								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	48	2,9	1,3	29,5	140	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	92	2,6	2,2	3,6	47	0,2
<b>Итого</b>			<b>140</b>	<b>5,5</b>	<b>3,5</b>	<b>33,1</b>	<b>187</b>	<b>0,2</b>
<b>Ужин</b>								
2008	156	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	83/5	10,9	6,2	31,9	229	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34					0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,7	32	6,8
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,8	5	16,1	130	0,8
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>16</b>	<b>11,5</b>	<b>54,7</b>	<b>391</b>	<b>7,7</b>
<b>Всего</b>				<b>50,8</b>	<b>45,4</b>	<b>238,2</b>	<b>1571</b>	<b>28,3</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.