

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

15 ноября 2024 г

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	99	7,6	15,8	2,1	180	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	25	0,5		2,6	12	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	44/4/12	4,7	6,7	14,9	141	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	186	5,4	5,7	17	143	1
Итого			370	18,2	28,2	36,6	476	1,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	95	0,5	0,1	10	43	2
Итого			95	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	46	0,5	1,8	3,7	34	1,3
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	199/8	3,1	2,6	16,6	104	18,6
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	53	8,4	8,7	11,1	157	0,4
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	122	2,6	2,9	21,2	123	10,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,8	95	0
Итого			655	17,7	16,4	80,2	544	31,2
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	69	4,2	4,4	24,7	156	6,11
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	102	3	2,6	4,3	55	0,3
Итого			171	7,2	7	29	211	6,41
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	92/9	9,5	6,7	21,3	185	0,2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	70	0,3	0,3	6,6	32	2,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,1	0,2	13,8	65	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,2	30	0,04
Итого			399	12,1	7,2	48,9	312	3,04
Всего				55,7	58,9	204,7	1586	44,35

Стоимость: 179 ру блей

Ответственный:

Моисеева Т.А.