

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №350" городского округа Самара  
Заведующий  
/Баландина О.В./

**МЕНЮ**  
16 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,3	5,7	23,6	165	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	40/12/4	2,2	3,4	20,5	122	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,3	2,5	11,9	80	0,42
<b>Итого</b>			<b>416</b>	<b>8,8</b>	<b>11,6</b>	<b>56</b>	<b>367</b>	<b>0,92</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	60	0,2	0,2	5,7	28	2,4
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	94	0,5	0,1	10	44	2
<b>Итого</b>			<b>154</b>	<b>0,7</b>	<b>0,3</b>	<b>15,7</b>	<b>72</b>	<b>4,4</b>
<b>Обед</b>								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	44	0,4	2,2	1,5	28	7,1
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	198/8	2,8	1,8	17,7	101	8
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	51	9,4	10,8	8,1	166	0,6
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	119	13,7	2,6	28,6	192	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,4	38	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>29,7</b>	<b>17,9</b>	<b>86,5</b>	<b>627</b>	<b>16,3</b>
<b>Полдник</b>								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	50	3,3	4,9	32,1	185	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	77	2,1	1,8	3	40	0,2
<b>Итого</b>			<b>127</b>	<b>5,4</b>	<b>6,7</b>	<b>35,1</b>	<b>225</b>	<b>0,2</b>
<b>Ужин</b>								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	38	5,9	2,7	7,4	79	0,8
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	102	1,9	2,3	11,8	76	5,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	0,2	19	90	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,3	48	41,1
<b>Итого</b>			<b>379</b>	<b>11</b>	<b>5,3</b>	<b>49,5</b>	<b>293</b>	<b>47,7</b>
<b>Всего</b>				<b>55,6</b>	<b>41,8</b>	<b>242,8</b>	<b>1584</b>	<b>69,52</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.