

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 октября 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,4	6,7	22,4	173	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	42/12	5,1	7,2	16,3	151	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	177	4,5	4,8	15	122	0,8
Итого			411	15	18,7	53,7	446	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	85	0,5	0,1	10	43	2
Итого			85	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	44	0,4	1,8	1,5	25	3,9
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	197/8/4	3,1	1,6	16,5	95	12,6
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	128	9,2	7,2	26,5	208	13,7
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	16,6	69	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,3	0,4	20,9	101	0
Итого			610	16,3	11,1	82	498	30,2
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	50	4,2	4,4	29,5	174	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	92	2,6	2,2	3,7	48	0,1
Итого			142	6,8	6,6	33,2	222	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	78/10	12,3	8,6	26,1	232	0,14
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,5	31	2,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,4	77	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		8,6	35	0,33
Итого			390	15,2	9,1	57,6	375	3,17
Всего				53,8	45,6	236,5	1584	36,97

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.