

Утверждаю

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



МЕНЮ
17 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		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	92	7,5	16	1,8	181	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	21	0,4		2,2	10	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	41/4/12	3,9	5,8	15,5	131	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	147	4,3	4,6	16,1	124	0,8
Итого			317	16,1	26,4	35,6	446	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	94	0,5	0,1	10	43	2
Итого			94	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	45	0,5	1,6	3,4	32	1,1
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	202/8	3,4	2,7	17	106	19,1
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	43	6,3	7,5	8,3	124	0,4
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	123	2,6	3,3	21,1	125	10,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,8	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			651	16,1	15,5	79,8	524	31,5
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	69	4,6	4,6	26,4	165	6,3
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	76	2,2	1,9	3,2	41	0,2
Итого			145	6,8	6,5	29,6	206	6,5
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	74/9	6,9	4,5	23,5	162	0,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	62	0,2	0,2	5,9	28	2,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,2	81	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	33	0,03
Итого			380	9,8	4,9	54,7	304	2,63
Всего				49,3	53,4	209,7	1523	44,03

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.