

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

18 сентября 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		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,2	5,6	21,8	160	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	37/12	4,3	5,8	14,5	128	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	167	4,2	4,4	15,2	119	0,7
Итого			396	13,7	15,8	51,5	407	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	91	0,5	0,1	10	43	2
Итого			91	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	43	0,4	1,8	1,5	24	3,9
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	199/8/4	3,3	2,1	16,5	99	12,6
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	121	8,4	6,8	25,3	195	13
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	16	66	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,5	0,5	22,2	107	0
Итого			607	15,9	11,3	81,5	491	29,5
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	50	4,2	4,6	29,5	175	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	84	2,3	2	3,4	44	0,1
Итого			134	6,5	6,6	32,9	219	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	81/10	12,2	8,5	28,2	240	0,12
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	73	0,3	0,3	7	33	2,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,7	0,2	17,8	84	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		9,1	38	0,23
Итого			401	15,4	9	62,1	395	3,25
Всего				52	42,8	238	1555	36,15

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.