

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

18 октября 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	101	8	15,8	2	183	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	29	0,6	0,1	3,1	14	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	43/4/12	4,2	5,8	16	135	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	179	5,2	5,5	17	140	0,9
Итого			368	18	27,2	38,1	472	1,7
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	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	47	0,5	1,7	3,9	34	1,4
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/8	3,2	2,7	17	106	18,6
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	49	7,5	8,2	10,2	144	0,5
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	124	2,6	3,1	21,5	126	11,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,1	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,7	104	0
Итого			659	17,2	16,1	82,4	546	31,6
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	69	4,1	4,4	24,4	155	6,53
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	92	2,7	2,3	3,8	49	0,3
Итого			161	6,8	6,7	28,2	204	6,83
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	83/9	8,1	5,6	21,9	172	0,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	63	0,3	0,3	5,9	29	2,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,5	0,2	16,8	79	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,2	29	0,02
Итого			390	11	6,1	51,8	309	2,62
Всего				53,5	56,2	210,5	1574	44,75

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.