

Утверждаю



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

Заведующий

/Баландина О.В./

## МЕНЮ

18 ноября 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,7	6,4	22,6	171	0,7
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	47/12	2,3	0,9	27,9	127	7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,8	36	0,03
<b>Итого</b>			<b>419</b>	<b>8,1</b>	<b>7,3</b>	<b>59,3</b>	<b>334</b>	<b>7,73</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	95	0,5	0,1	10	44	2
<b>Итого</b>			<b>95</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10</b>	<b>44</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	63	1,1	2,9	4,5	50	9,2
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	194/9	2,9	1,5	16,1	91	13,9
2008	314	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	65	10,2	11,8	9,7	186	1
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	4,6	2,4	29,1	156	0,62
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,5	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
<b>Итого</b>			<b>700</b>	<b>22</b>	<b>19</b>	<b>88,6</b>	<b>617</b>	<b>24,72</b>
<b>Полдник</b>								
2008	464	БУЛОЧКА "ЛЮБАВА"	50	4,2	4,6	29,4	175	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	95	2,8	2,4	4	51	0,3
<b>Итого</b>			<b>145</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>33,4</b>	<b>226</b>	<b>0,3</b>
<b>Ужин</b>								
2008	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	93	8,7	5,8	5	107	1,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,8	0,2	18,1	86	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,1	4,4	15,6	120	0,7
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	69	0,3	0,3	6,6	31	2,8
<b>Итого</b>			<b>398</b>	<b>15,9</b>	<b>10,7</b>	<b>45,3</b>	<b>344</b>	<b>5</b>
<b>Всего</b>				<b>53,5</b>	<b>44,1</b>	<b>236,6</b>	<b>1565</b>	<b>39,75</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.