

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ
19 сентября 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,6	6,9	23,7	176	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	42/12/4	2,1	4,2	21,2	131	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,8	12,1	85	0,53
Итого			418	9,4	13,9	57	392	1,23
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	58	0,2	0,2	5,4	26	2,3
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	94	0,5	0,1	10	44	2
Итого			152	0,7	0,3	15,4	70	4,3
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	53	0,4	2,2	1,8	30	8,4
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/8	2,8	1,9	18,4	105	8,2
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	56	10,6	11,4	10,2	185	0,6
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	119	13,7	2,5	28,7	192	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	8,9	37	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,4	19,3	93	0
Итого			662	30,6	18,5	87,3	642	17,7
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	51	3,6	4,9	32,7	188	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	87	2,4	2,1	3,4	45	0,2
Итого			138	6	7	36,1	233	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	46	7,1	3,1	9,7	94	1,1
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	111	1,8	2	11,4	71	6,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3	0,3	19,8	94	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	10,5	44	33,2
Итого			398	12,1	5,5	51,4	303	40,4
Всего				58,8	45,2	247,2	1640	63,83

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.