

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



# МЕНЮ

19 декабря 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,1	5,8	30,2	199	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	38/12/6	2	4	19	120	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,2	4,5	15,8	121	0,8
<b>Итого</b>			<b>416</b>	<b>12,3</b>	<b>14,3</b>	<b>65</b>	<b>440</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	91	0,5	0,1	10	44	2
<b>Итого</b>			<b>91</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10</b>	<b>44</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	52	0,5	2,5	3,6	41	1,2
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	199/16	5,8	1,6	23,3	130	5,8
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	28/5	6,9	10,1	1,9	129	1,3
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,9	2	30,7	154	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,5	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	3,6	0,5	23,1	111	0
<b>Итого</b>			<b>684</b>	<b>19,7</b>	<b>16,7</b>	<b>91,1</b>	<b>599</b>	<b>8,3</b>
<b>Полдник</b>								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	69	4,1	1,8	27,8	143	2,57
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	84	2,3	2	3,3	43	0,2
<b>Итого</b>			<b>153</b>	<b>6,4</b>	<b>3,8</b>	<b>31,1</b>	<b>186</b>	<b>2,77</b>
<b>Ужин</b>								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	93	5,9	7,5	4,3	110	2,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,6	0,2	16,8	79	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	59	0,2	0,2	5,5	27	2,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,7	31	0,03
<b>Итого</b>			<b>385</b>	<b>8,8</b>	<b>7,9</b>	<b>34,3</b>	<b>247</b>	<b>5,23</b>
<b>Всего</b>				<b>47,7</b>	<b>42,8</b>	<b>231,5</b>	<b>1516</b>	<b>19,5</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.