

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №350" городского округа Самара
/Баландина О.В./



МЕНЮ
20 марта 2025 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,1	5,1	26,3	173	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	41/12/6	2,1	4	20,1	126	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,5	3,8	14,6	108	0,6
Итого			419	10,7	12,9	61	407	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	85	0,5	0,1	10	44	2
Итого			85	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	48	0,4	2,6	3,3	40	1,1
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	193/16	5,2	1,5	21,4	120	5,3
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	27/3	6,5	9,5	1,8	120	1
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,6	2	27,3	138	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,5	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,8	91	0
Итого			661	17,6	16	81,1	543	7,4
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	4,2	2,2	28,2	150	2,05
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	79	2,2	1,9	3,1	41	0,2
Итого			149	6,4	4,1	31,3	191	2,25
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	89	6	8,2	3,9	114	2,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,5	0,2	16,2	76	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	55	0,2	0,2	5,2	25	2,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,7	31	0,02
Итого			376	8,8	8,6	33	246	4,82
Всего				44	41,7	216,4	1431	17,47

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:  Моисеева Т.А.