

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
20 сентября 2024 г.

**Сад 12 часов**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	7,8	15,8	2	181	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	21	0,4		2,2	10	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	42/4/12	4,3	6,5	15,1	136	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	181	5,2	5,6	16,9	140	1
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>17,7</b>	<b>27,9</b>	<b>36,2</b>	<b>467</b>	<b>1,6</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,5	0,1	10	43	2
<b>Итого</b>			<b>81</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	42	0,4	1,6	3,2	31	1,1
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/8	3,1	2,5	16,9	106	18,9
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	52	8,3	8,7	11,1	156	0,4
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	125	2,6	3,1	21,7	126	11,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,8	95	0
<b>Итого</b>			<b>654</b>	<b>17,5</b>	<b>16,3</b>	<b>80,6</b>	<b>545</b>	<b>31,6</b>
<b>Полдник</b>								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	69	4,1	4,1	24,5	152	6,13
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	89	2,6	2,2	3,7	48	0,3
<b>Итого</b>			<b>158</b>	<b>6,7</b>	<b>6,3</b>	<b>28,2</b>	<b>200</b>	<b>6,43</b>
<b>Ужин</b>								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	85/9	8,6	5,7	23,7	184	0,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	75	0,3	0,3	7,1	34	3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	0,2	19	90	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7	29	0,03
<b>Итого</b>			<b>408</b>	<b>12</b>	<b>6,2</b>	<b>56,8</b>	<b>337</b>	<b>3,13</b>
<b>Всего</b>				<b>54,4</b>	<b>56,8</b>	<b>211,8</b>	<b>1592</b>	<b>44,76</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.