

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



# МЕНЮ

20 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	5	4,9	24,6	164	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	42/6/12	4,4	7,5	15,3	147	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		8,2	33	0,23
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>9,5</b>	<b>12,4</b>	<b>48,1</b>	<b>344</b>	<b>0,63</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	96	0,5	0,1	10	43	2
<b>Итого</b>			<b>96</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	44	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (2-Й ВАРИАНТ)	45	0,8	1,9	3,8	37	9,3
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	198/8	3	2,4	17,2	105	17,5
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	48	7,8	8,7	9,7	149	0,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	136	3,8	3,4	26,8	154	13,1
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	16	66	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
<b>Итого</b>			<b>664</b>	<b>18,9</b>	<b>16,9</b>	<b>94,2</b>	<b>611</b>	<b>40,2</b>
<b>Полдник</b>								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	47	2,5	0,9	29	134	7,5
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	89	2,5	2,1	3,6	47	0,1
<b>Итого</b>			<b>136</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>32,6</b>	<b>181</b>	<b>7,6</b>
<b>Ужин</b>								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВО- ТВОРОЖНАЯ	118	3,8	3,6	15,9	111	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,5	0,2	16,6	78	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	66	0,3	0,3	6,5	31	6,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	178	5,3	5,7	16,1	139	0,9
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>11,9</b>	<b>9,8</b>	<b>55,1</b>	<b>359</b>	<b>7,5</b>
<b>Всего</b>				<b>45,8</b>	<b>42,2</b>	<b>240</b>	<b>1538</b>	<b>57,93</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.