

Утверждаю

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



МЕНЮ
21 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	4,6	4,6	22,9	153	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	43/6/12	4,5	7,4	15,8	149	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		8,4	34	0,23
Итого			421	9,3	12	47,1	336	0,53
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	97	0,5	0,1	10	43	2
Итого			97	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	44	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (2-Й ВАРИАНТ)	45	0,9	1,9	3,9	37	9,4
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	199/8	3,2	2,2	17,1	103	17,7
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	7,8	8,9	10,4	152	0,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	123	3,5	3,3	24,5	142	12
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	16,3	67	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			655	19	16,8	93,4	603	39,6
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	48	2,6	1	29,6	136	7,7
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	91	2,5	2,2	3,7	48	0,1
Итого			139	5,1	3,2	33,3	184	7,8
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВО- ТВОРОЖНАЯ	117	3,9	2,8	16,2	105	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,7	60	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	67	0,3	0,3	6,6	32	6,7
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	179	5,3	5,7	16,3	140	0,9
Итого			388	11,4	9	51,8	337	7,6
Всего				45,3	41,1	235,6	1503	57,53

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.