

Утверждаю

Заведующий

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

**МЕНЮ**  
21 ноября 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	5,5	5,8	27,6	186	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	41/12/6	2,1	4,3	20,2	128	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4	4,3	15,2	117	0,7
<b>Итого</b>			<b>419</b>	<b>11,6</b>	<b>14,4</b>	<b>63</b>	<b>431</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	97	0,5	0,1	10	44	2
<b>Итого</b>			<b>97</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	50	0,4	2,4	3,5	39	1,2
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	198/16	4,7	1,7	21,9	121	6
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	34/4	9,9	12,9	1,8	165	1,4
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3	2	31,3	156	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,1	33	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
<b>Итого</b>			<b>682</b>	<b>21,3</b>	<b>19,4</b>	<b>87,8</b>	<b>616</b>	<b>8,6</b>
<b>Полдник</b>								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	4	2,2	26,5	140	1,97
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	91	2,5	2,2	3,5	47	0,2
<b>Итого</b>			<b>161</b>	<b>6,5</b>	<b>4,4</b>	<b>30</b>	<b>187</b>	<b>2,17</b>
<b>Ужин</b>								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	102	6,9	7,5	4,5	115	3,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,8	0,2	18,3	86	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	57	0,2	0,2	5,4	26	2,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,5	30	0,03
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>10</b>	<b>7,9</b>	<b>35,7</b>	<b>257</b>	<b>5,43</b>
<b>Всего</b>				<b>49,9</b>	<b>46,2</b>	<b>226,5</b>	<b>1535</b>	<b>19,3</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.