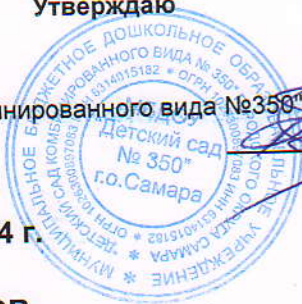


Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



**МЕНЮ**  
22 августа 2024 г.

**Сад 12 часов**

| Сборник рецептур  | № техн. карты | Наименование блюда                   | Выход      | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|--------------------------------------|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|----------------|
|                   |               |                                      |            | Белки, г          | Жиры, г     | Угле-воды, г |                               |                |
| <b>Завтрак</b>    |               |                                      |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008              | 189           | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ         | 180        | 4,9               | 6,8         | 24,3         | 179                           | 0,6            |
| 2008              | 2             | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ        | 42/12/4    | 2                 | 3,5         | 21,4         | 126                           | 0,1            |
| 2008              | 430           | ЧАЙ С МОЛОКОМ                        | 180        | 3                 | 3,1         | 13,1         | 93                            | 0,54           |
| <b>Итого</b>      |               |                                      | <b>418</b> | <b>9,9</b>        | <b>13,4</b> | <b>58,8</b>  | <b>398</b>                    | <b>1,24</b>    |
| <b>II Завтрак</b> |               |                                      |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008              | 435           | СВЕЖИЙ ФРУКТ                         | 51         | 0,2               | 0,2         | 4,9          | 23                            | 2              |
| 2008              | 442           | СОК ФРУКТОВЫЙ                        | 77         | 0,5               | 0,1         | 10           | 44                            | 2              |
| <b>Итого</b>      |               |                                      | <b>128</b> | <b>0,7</b>        | <b>0,3</b>  | <b>14,9</b>  | <b>67</b>                     | <b>4</b>       |
| <b>Обед</b>       |               |                                      |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008              | 23            | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ  | 61         | 0,7               | 2           | 2,1          | 30                            | 10,9           |
| 2008              | 91            | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 209/8      | 2,9               | 1,6         | 17,6         | 99                            | 8,1            |
| 2008              | 314           | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ           | 62         | 12,1              | 13,4        | 6,5          | 193                           | 0,7            |
| 2008              | 161           | ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ                       | 111        | 12,8              | 1,9         | 26,8         | 175                           | 0              |
| 2008              | 394           | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)      | 180        | 0,1               | 0,1         | 9,6          | 39                            | 0,6            |
| 2008              |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 45         | 3                 | 0,4         | 19,1         | 92                            | 0              |
| <b>Итого</b>      |               |                                      | <b>676</b> | <b>31,6</b>       | <b>19,4</b> | <b>81,7</b>  | <b>628</b>                    | <b>20,3</b>    |
| <b>Полдник</b>    |               |                                      |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008              | 483           | КОРЖИК САХАРИНКА                     | 51         | 3,5               | 4,5         | 32,7         | 184                           | 0              |
| 2008              | 435           | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)   | 112        | 3,2               | 2,7         | 4,4          | 58                            | 0,3            |
| <b>Итого</b>      |               |                                      | <b>163</b> | <b>6,7</b>        | <b>7,2</b>  | <b>37,1</b>  | <b>242</b>                    | <b>0,3</b>     |
| <b>Ужин</b>       |               |                                      |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008              | 245           | ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ                       | 41         | 7,5               | 2,7         | 6            | 79                            | 0,7            |
| 2008              | 355           | ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ    | 104        | 1,8               | 2,4         | 10,4         | 71                            | 6,2            |
| 2008              |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 35         | 2,5               | 0,2         | 16,9         | 80                            | 0              |
| 2008              | 437           | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА                 | 200        | 0,3               | 0,1         | 11,9         | 50                            | 45             |
| <b>Итого</b>      |               |                                      | <b>380</b> | <b>12,1</b>       | <b>5,4</b>  | <b>45,2</b>  | <b>280</b>                    | <b>51,9</b>    |
| <b>Всего</b>      |               |                                      |            | <b>61</b>         | <b>45,7</b> | <b>237,7</b> | <b>1615</b>                   | <b>77,74</b>   |

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.