

Утверждаю

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



МЕНЮ
22 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	5,5	4,9	25,7	170	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	42/6/12	4,4	6,9	15,3	142	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		8,3	34	0,24
Итого			420	10,1	11,8	49,3	346	0,64
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	43	2
Итого			83	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	44	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (2-Й ВАРИАНТ)	50	0,9	2,2	4,1	42	10,6
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	199/8	3,2	2,6	18,1	110	16,7
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	53	8,7	9,9	11,5	170	0,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	147	4,3	4,3	28,2	168	13,7
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	15,5	64	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	97	0
Итого			685	20,6	19,5	97,7	651	41,4
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	2,7	1	30,8	142	8
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	107	3	2,6	4,4	56	0,1
Итого			157	5,7	3,6	35,2	198	8,1
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВО- ТВОРОЖНАЯ	121	4,4	4,3	16,9	122	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	66	0,3	0,3	6,5	31	6,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	183	5,5	6	16,4	143	1
Итого			400	12,5	10,8	54,9	367	7,6
Всего				49,4	45,8	247,1	1605	59,74

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:  Моисеева Т.А.