

Утверждаю

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

МЕНЮ
23 августа 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	7,5	14,4	2,2	169	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	24	0,5		2,5	12	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	36/4/12	3,9	5,9	11,8	117	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	5,8	6,2	18,2	153	1
Итого			376	17,7	26,5	34,7	451	1,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	80	0,5	0,1	10	43	2
Итого			80	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	40	0,5	1,5	3,2	28	1,2
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	176/8	2,5	2,1	14,1	86	13,8
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	54	10,3	10,2	8,1	165	0,2
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	114	2,4	2,6	19,8	113	10,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,8	95	0
Итого			619	18,8	16,8	73	519	25,4
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	4,3	4,7	23,8	154	5,75
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	117	3,4	2,9	4,9	63	0,4
Итого			187	7,7	7,6	28,7	217	6,15
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	116/9	12,1	7,2	36,5	259	0,2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	74	0,3	0,3	7	34	3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,6	0,2	17,6	83	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,4	30	0,04
Итого			435	15,2	7,7	68,5	406	3,24
Всего				59,9	58,7	214,9	1636	38,49

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.