

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

24 марта 2025 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		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	165/20	5	4,4	31,9	187	0,52
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	30	3	2,7	0,2	37	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	43/9/6	2,5	3,8	22,5	133	3,5
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	11,2	47	38,6
Итого			453	10,7	11	65,8	404	42,62
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	87	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	70	0,3	0,3	6,9	33	7
Итого			157	0,8	0,4	16,9	77	9
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	54	1,1	2,1	4,4	42	9,1
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	188/8	2,9	1	14,8	82	13,8
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	113	8,9	9,7	19,9	203	9,6
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,5	39	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,5	0,5	22,1	107	0
Итого			595	16,5	13,4	70,7	473	33,1
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	52	3,7	3,1	28	157	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	78	6	2	8,4	80	1
Итого			130	9,7	5,1	36,4	237	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	38	6	3,5	8,7	90	0,3
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	136	2,1	3,7	12,6	94	6,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,4	0,2	15,8	75	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,8	4,1	13,1	105	0,73
Итого			407	14,3	11,5	50,2	364	7,93
Всего				52	41,4	240	1555	93,65

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.