

Утверждаю

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



МЕНЮ
24 октября 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,7	5,8	28,7	191	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	41/12/6	2,1	4,4	20,1	129	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,1	4,5	15,8	121	0,8
Итого			419	11,9	14,7	64,6	441	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	96	0,5	0,1	10	44	2
Итого			96	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	48	0,4	2,9	3,3	43	1,1
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	195/16	5	1,5	21,6	120	5,7
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	29/4	7,7	11,1	1,7	139	1,2
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,8	2,2	30,1	152	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,6	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	98	0
Итого			670	19,1	18,1	85,6	587	8
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	4	2,2	27,4	146	2,43
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	88	2,4	2,1	3,4	45	0,2
Итого			158	6,4	4,3	30,8	191	2,63
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	102	6,3	8,9	4,8	125	3,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,3	0,3	21,7	102	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	61	0,2	0,2	5,8	28	2,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,8	32	0,03
Итого			406	9,9	9,4	40,1	287	5,73
Всего				47,8	46,6	231,1	1550	19,56

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.