

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ
25 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	163/20	5,1	3,8	32	182	0,91
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	30	3,1	2,8	0,2	38	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	39/10/6	2,1	3,1	21	119	3,9
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	11,2	47	39,4
Итого			448	10,5	9,8	64,4	386	44,21
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	91	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	63	0,3	0,3	6,2	30	6,3
Итого			154	0,8	0,4	16,2	74	8,3
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	50	1	1,9	4	39	8,4
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	194/8	3,1	1,5	16,8	95	14,2
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	134	11,6	11,4	23	242	11,6
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,6	39	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,8	91	0
Итого			610	18,7	15,3	72,2	506	34,9
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	51	3,6	3	27,5	153	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	102	6	2	8,4	80	1
Итого			153	9,6	5	35,9	233	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	39	6,5	2,9	7,4	82	0,4
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	145	2,3	3,6	13,5	97	7,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,1	0,2	14,1	67	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,1	4,4	13,7	112	0,72
Итого			413	15	11,1	48,7	358	8,72
Всего				54,6	41,6	237,4	1557	97,13

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.