Утверждаю

Заведующий

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

_____ /Баландина О.В./

МЕНЮ

26 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	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,6	5,7	22,5	163	0,7
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	49/12	2,3	0,8	29	131	7,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		8,7	36	0,03
Итого			**421**	**8,1**	**6,5**	**60,2**	**330**	**8,63**
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	44	2
Итого			**82**	**0,5**	**0,1**	**10**	**44**	**2**
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	60	1	2,8	4,3	48	8,2
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	194/9	2,8	2	16,3	96	13,2
2008	314	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	61	9,5	12	6,4	173	1
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	139	4,4	3	28,2	157	0,57
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,4	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,5	99	0
Итого			**691**	**20,9**	**20,2**	**84,1**	**607**	**22,97**
Полдник								
2008	464	БУЛОЧКА "ЛЮБАВА"	53	4,4	4	30,9	176	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	89	2,6	2,2	3,7	48	0,3
Итого			**142**	**7**	**6,2**	**34,6**	**224**	**0,3**
Ужин								
2008	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	98	9,4	5,2	5,2	104	1,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	14,8	70	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,8	16,2	126	0,8
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	65	0,3	0,3	6,2	30	2,6
Итого			**393**	**16,5**	**10,5**	**42,4**	**330**	**5,1**
Всего				**53**	**43,5**	**231,3**	**1535**	**39**

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: Моисеева Т.А.