

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



# МЕНЮ

28 января 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	170	4,5	6	15,9	136	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/7	2,3	4,3	16,1	113	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8	32	0,02
<b>Итого</b>			<b>412</b>	<b>6,9</b>	<b>10,3</b>	<b>40</b>	<b>281</b>	<b>0,52</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	97	0,5	0,1	9,8	42	1,9
<b>Итого</b>			<b>97</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,8</b>	<b>42</b>	<b>1,9</b>
<b>Обед</b>								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	49	0,8	1,8	3,2	34	7,7
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	185/10	3,6	1,6	25,7	132	8,5
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	6,9	10,1	13,3	170	1
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С СОУСОМ	150/20	6,3	3,2	29	170	0,52
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,7	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,4	103	0
<b>Итого</b>			<b>694</b>	<b>20,9</b>	<b>17,1</b>	<b>100,3</b>	<b>640</b>	<b>17,72</b>
<b>Полдник</b>								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	51	2,6	1	31,3	145	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5 %)	90	2,5	2,2	3,5	46	0,2
<b>Итого</b>			<b>141</b>	<b>5,1</b>	<b>3,2</b>	<b>34,8</b>	<b>191</b>	<b>0,2</b>
<b>Ужин</b>								
2008	156	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	78/5	10,1	6	30	217	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36					0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	69	0,3	0,3	6,7	32	6,9
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,8	5,1	16	131	0,9
<b>Итого</b>			<b>388</b>	<b>15,2</b>	<b>11,4</b>	<b>52,7</b>	<b>380</b>	<b>7,9</b>
<b>Всего</b>				<b>48,6</b>	<b>42,1</b>	<b>237,6</b>	<b>1534</b>	<b>28,24</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.