

Утверждаю

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



МЕНЮ
28 февраля 2025 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	8,2	16,4	1,9	187	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	20	0,4		2,1	10	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	38/4/12	3,7	5,1	14,3	120	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	162	4,7	5	17,8	137	0,8
Итого			336	17	26,5	36,1	454	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	90	0,5	0,1	10	43	2
Итого			90	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	46	0,5	1,8	3,8	35	1,3
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	195/8	3,1	2,5	16,4	102	17,5
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	45	6,7	7,8	9,1	133	0,4
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	122	2,6	3,3	21,1	125	10,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,8	95	0
Итого			643	16	15,8	79,9	529	30
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	69	4,5	4,7	26,3	165	5,83
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	82	2,4	2,1	3,4	44	0,2
Итого			151	6,9	6,8	29,7	209	6,03
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	80/9	8,2	5,1	23,1	173	0,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,4	31	2,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,3	0,2	15	71	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,6	35	0,03
Итого			388	10,9	5,6	53,1	310	2,83
Всего				51,3	54,8	208,8	1545	42,26

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.