

Утверждаю

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

МЕНЮ
28 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5	7,3	24,4	185	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	46/12/4	2,4	3,9	23	138	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,1	3,2	12,7	92	0,53
Итого			422	10,5	14,4	60,1	415	1,23
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	62	0,2	0,2	5,9	28	2,5
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	90	0,5	0,1	10	44	2
Итого			152	0,7	0,3	15,9	72	4,5
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	51	0,6	2,1	1,9	29	8,4
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	209/8	3,1	1,9	19,4	110	8,5
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	61	11,2	12,5	8,6	190	0,7
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	119	13,8	2,4	28,8	192	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,4	39	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,5	0,5	22,1	107	0
Итого			680	32,3	19,5	90,2	667	18,3
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	51	3,6	4,6	31,9	183	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	104	2,9	2,5	4,1	53	0,3
Итого			155	6,5	7,1	36	236	0,3
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	44	7,4	3,1	8,6	91	0,9
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	113	1,8	1,9	11,9	74	6,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,1	0,2	14,1	67	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	11	47	39,7
Итого			386	11,5	5,3	45,6	279	47
Всего				61,5	46,6	247,8	1669	71,33

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.