

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
29 января 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,3	6,3	21,8	166	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	37/12	4,2	6	14,8	131	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	175	4,4	4,7	15,2	122	0,8
<b>Итого</b>			<b>404</b>	<b>13,9</b>	<b>17</b>	<b>51,8</b>	<b>419</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	89	0,5	0,1	10	43	2
<b>Итого</b>			<b>89</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	39	0,4	2,2	1,4	27	3,6
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	196/8/4	3,2	1,7	15,3	93	13,1
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	113	8,8	7,3	23	194	11,7
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	16,2	67	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3,5	0,5	22,4	108	0
<b>Итого</b>			<b>593</b>	<b>16,2</b>	<b>11,8</b>	<b>78,3</b>	<b>489</b>	<b>28,4</b>
<b>Полдник</b>								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	49	4,1	4,3	28,9	171	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	94	2,6	2,3	3,9	50	0,1
<b>Итого</b>			<b>143</b>	<b>6,7</b>	<b>6,6</b>	<b>32,8</b>	<b>221</b>	<b>0,1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	79/10	12,4	9,7	24	234	0,16
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	72	0,3	0,3	6,9	33	2,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,2	0,2	14,9	71	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,8	36	0,02
<b>Итого</b>			<b>392</b>	<b>15</b>	<b>10,2</b>	<b>54,6</b>	<b>374</b>	<b>3,08</b>
<b>Всего</b>				<b>52,3</b>	<b>45,7</b>	<b>227,5</b>	<b>1546</b>	<b>35,08</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.