

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
29 марта 2024 г.  
Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	107	8,5	16,4	2,1	189	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	29	0,6	0,1	3,1	14	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	46/4/12	5,1	7,4	15,1	147	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	186	5,4	5,8	17,1	143	1
<b>Итого</b>			<b>384</b>	<b>19,6</b>	<b>29,7</b>	<b>37,4</b>	<b>493</b>	<b>1,8</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	79	0,5	0,1	10	43	2
<b>Итого</b>			<b>79</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	45	0,5	1,7	3,6	32	1,2
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	193/8	2,9	2,5	15,7	99	17,4
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	52	8,8	9,3	8,3	152	0,4
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	117	2,5	3	20,3	119	10,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,8	95	0
<b>Итого</b>			<b>642</b>	<b>17,8</b>	<b>16,9</b>	<b>75,5</b>	<b>528</b>	<b>29,4</b>
<b>Полдник</b>								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	69	4,2	4,2	24,1	151	7,38
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	110	3,2	2,7	4,6	59	0,3
<b>Итого</b>			<b>179</b>	<b>7,4</b>	<b>6,9</b>	<b>28,7</b>	<b>210</b>	<b>7,68</b>
<b>Ужин</b>								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	98/9	9,1	6,8	19,9	178	0,2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	63	0,3	0,3	5,9	29	2,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,1	0,2	13,9	65	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,2	29	0,03
<b>Итого</b>			<b>398</b>	<b>11,7</b>	<b>7,3</b>	<b>46,9</b>	<b>301</b>	<b>2,73</b>
<b>Всего</b>				<b>57</b>	<b>60,9</b>	<b>198,5</b>	<b>1575</b>	<b>43,61</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.