

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



# МЕНЮ

29 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	7,9	15,4	2	178	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	27	0,5	0,1	2,8	13	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	44/4/12	4,3	6	16,8	140	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	181	5,1	5,6	17	141	1
<b>Итого</b>			<b>368</b>	<b>17,8</b>	<b>27,1</b>	<b>38,6</b>	<b>472</b>	<b>1,7</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	90	0,5	0,1	10	43	2
<b>Итого</b>			<b>90</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	43	0,5	1,7	3,5	31	1,2
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	198/8	3	2,5	16,8	104	17,4
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	51	7,8	7,9	10,5	144	0,5
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	127	2,7	2,8	22	124	11,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,5	0,5	22,1	107	0
<b>Итого</b>			<b>659</b>	<b>17,5</b>	<b>15,4</b>	<b>82,9</b>	<b>542</b>	<b>30,5</b>
<b>Полдник</b>								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	4,3	4	25,3	154	6,8
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	102	3	2,6	4,3	55	0,3
<b>Итого</b>			<b>172</b>	<b>7,3</b>	<b>6,6</b>	<b>29,6</b>	<b>209</b>	<b>7,1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	96/9	9,5	6,5	22,3	188	0,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	66	0,3	0,3	6,2	30	2,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2	0,2	13,1	62	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,3	30	0,03
<b>Итого</b>			<b>398</b>	<b>12</b>	<b>7</b>	<b>48,9</b>	<b>310</b>	<b>2,73</b>
<b>Всего</b>				<b>55,1</b>	<b>56,2</b>	<b>210</b>	<b>1576</b>	<b>44,03</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.