

Утверждаю

Заведующий

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

/Баландина О.В./

МЕНЮ

19 января 2024 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	107	8,9	16,9	2	195	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	37	0,7	0,1	4	18	0,7
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	42/4/12	4,2	6,4	15	137	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	172	5,1	5,3	16,8	136	0,9
Итого			374	18,9	28,7	37,8	486	1,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	43	2
Итого			82	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	44	0,5	1,7	3,6	32	1,2
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	190/8	2,9	2,5	15,5	98	16,8
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	50	8,6	8,9	8,2	148	0,4
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	115	2,4	2,9	20	117	10,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	97	0
Итого			635	17,6	16,4	75,6	524	28,7
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	69	4,3	4,1	25,4	155	5,46
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	104	3	2,6	4,4	56	0,3
Итого			173	7,3	6,7	29,8	211	5,76
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	87/9	8	5,8	21,2	172	0,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	65	0,3	0,3	6,2	30	2,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,4	30	0,03
Итого			391	10,7	6,3	49,4	301	2,73
Всего				55	58,2	202,6	1565	40,99

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.