

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

18 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	4	5,1	19,3	140	0,3
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	46/7/6	2,4	5	22,4	145	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,4	4,7	14,2	117	0,8
Итого			369	10,8	14,8	55,9	402	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	90	0,5	0,1	10	44	2
Итого			90	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	35	0,3	1,6	2,8	29	0,9
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	147/6	2,9	1,1	16,1	84	5
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	1,9	1,7	20,8	105	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	26/5	6	8,8	1,6	112	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			5,6	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,9	0,4	18,4	88	0
Итого			532	14	13,6	65,3	441	6,8
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	52	3,2	3	19,7	119	1,68
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	84	2,3	2	3,3	43	0,2
Итого			136	5,5	5	23	162	1,88
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	97	6,8	7,1	4,2	110	2,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,5	49	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		4,3	18	0,02
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	59	0,2	0,2	5,5	26	2,3
Итого			347	8,7	7,4	24,5	203	5,02
Всего				39,5	40,9	178,7	1252	16,8

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.