

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

20 мая 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	128/20	3,4	4,7	21,9	143	0,72
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	33/8/6	1,5	4,3	16,1	109	3,2
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	30	3	2,7	0,2	37	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,6	49	45,5
Итого			405	8,2	11,8	49,8	338	49,42
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	93	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	41	0,2	0,2	4	19	4,1
Итого			134	0,7	0,3	14	63	6,1
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	35	0,5	1	2,5	22	5,1
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	174/8	2,6	2,3	14,5	91	12,1
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	126	8,6	10,1	22,5	218	11,1
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			7,3	30	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			533	14,3	13,8	63,8	443	28,7
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	42	3	2,5	22,8	128	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	85	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			127	7,7	4,1	29,4	191	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	29	4,8	2,1	3,9	53	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	133	2	2,7	12	82	6,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	3,4	10,9	88	0,62
Итого			362	11,5	8,3	36,5	269	7,52
Всего				42,4	38,3	193,5	1304	92,54

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.