

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

2 сентября 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	3,7	4	24,2	148	1,07
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	33/5/6	1,9	3,2	16,5	102	2
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	30	3	2,7	0,2	37	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	10,8	46	36,4
Итого			402	8,8	10	51,7	333	39,47
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	87	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	35	0,1	0,1	3,5	17	3,5
Итого			122	0,6	0,2	13,5	61	5,5
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	37	0,6	2	2,9	33	5,3
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	172/8	2,6	1,6	14,3	83	12,3
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	127	8,8	10	22,8	217	11,3
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150	0,1	0,1	8,1	33	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,4	84	0
Итого			535	14,8	14,1	65,5	450	29,4
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	44	3,1	2,6	23,7	133	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	63	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			107	7,8	4,2	30,3	196	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	30	4,4	2,9	6,4	69	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	139	2,1	3,1	11,5	84	6,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,4	0,1	9,2	44	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,9	3,1	10,7	83	0,53
Итого			368	10,8	9,2	37,8	280	7,13
Всего				42,8	37,7	198,8	1320	82,3

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.