

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

# МЕНЮ

4 октября 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	7,4	14,4	1,7	166	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	13	0,3		1,4	6	0,2
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	29/5/7	2,9	5	10,3	99	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	165	4,9	5,1	11,7	113	0,8
<b>Итого</b>			<b>309</b>	<b>15,5</b>	<b>24,5</b>	<b>25,1</b>	<b>384</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	88	0,5	0,1	10	43	2
<b>Итого</b>			<b>88</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	26	0,2	1,6	2	24	0,7
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/6	2,3	2,3	12,4	82	12,9
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	44	6,8	7	6,6	117	0,3
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	114	2,4	3,7	19,6	122	10,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			3,2	13	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,7	85	0
<b>Итого</b>			<b>532</b>	<b>14,5</b>	<b>15</b>	<b>61,5</b>	<b>443</b>	<b>24</b>
<b>Полдник</b>								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	47	4,1	8	14,2	144	4,31
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	72	2,1	1,8	3	39	0,2
<b>Итого</b>			<b>119</b>	<b>6,2</b>	<b>9,8</b>	<b>17,2</b>	<b>183</b>	<b>4,51</b>
<b>Ужин</b>								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	59/5	5,5	4,6	13,4	116	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,1	80	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	67	0,3	0,3	6,3	30	2,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		3,5	15	0,03
<b>Итого</b>			<b>346</b>	<b>8,6</b>	<b>5,1</b>	<b>40,3</b>	<b>241</b>	<b>2,73</b>
<b>Всего</b>				<b>45,3</b>	<b>54,5</b>	<b>154,1</b>	<b>1294</b>	<b>34,44</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.