

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

5 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	3,2	5,3	17,2	131	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	31/5/5	1,7	5,2	13,5	108	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,2	2,2	8,8	65	0,43
Итого			361	7,1	12,7	39,5	304	0,83
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	42	0,2	0,2	4,1	19	1,7
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	87	0,5	0,1	10	44	2
Итого			129	0,7	0,3	14,1	63	3,7
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	34	0,2	1,8	1,2	23	5,3
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	150/8	2,1	1,3	13,7	78	6,4
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	38	6,5	8,3	4,6	120	0,4
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	103	10,7	1,5	22,4	146	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6	25	0,3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,3	83	0
Итого			524	22,2	13,3	65,2	475	12,4
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	46	3,6	5	25,9	163	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	59	1,6	1,5	2,3	30	0,2
Итого			105	5,2	6,5	28,2	193	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	28	4,3	2,4	4,6	59	0,6
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	110	1,9	2,8	12,4	84	6,2
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	170	0,2	0,1	6,7	29	28,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,5	0,1	9,3	44	0
Итого			327	7,9	5,4	33	216	35,2
Всего				43,1	38,2	180	1251	52,33

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.