

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

6 сентября 2024 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге-тическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|--------------------|---------------|---|------------|-------------------|-------------|--------------|--------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 85 | 6,8 | 14,3 | 1,6 | 162 | 0,2 |
| к/к | к/к | КУКУРУЗА САХАРНАЯ | 13 | 0,3 | | 1,4 | 6 | 0,2 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ | 31/5/7 | 2,9 | 5,8 | 11,4 | 109 | 0 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 161 | 4,8 | 5 | 11,8 | 112 | 0,8 |
| Итого | | | 302 | 14,8 | 25,1 | 26,2 | 389 | 1,2 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 81 | 0,5 | 0,1 | 10 | 43 | 2 |
| Итого | | | 81 | 0,5 | 0,1 | 10 | 43 | 2 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 71 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ | 29 | 0,3 | 1,1 | 2,4 | 21 | 0,8 |
| 2008 | 84 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 147/6 | 2,1 | 1,6 | 11,9 | 73 | 12,3 |
| 2008 | 272 | БИТОЧКИ МЯСНЫЕ | 44 | 7 | 7,5 | 7,5 | 125 | 0,3 |
| 2008 | 55 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ | 106 | 2,2 | 2,6 | 18,3 | 106 | 9,4 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | | | 3,2 | 13 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 38 | 2,5 | 0,3 | 16 | 77 | 0 |
| Итого | | | 520 | 14,1 | 13,1 | 59,3 | 415 | 22,8 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 451 | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ | 44 | 3,5 | 5,4 | 14,1 | 118 | 3,2 |
| 2008 | 435 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%) | 72 | 2,1 | 1,8 | 3 | 39 | 0,2 |
| Итого | | | 116 | 5,6 | 7,2 | 17,1 | 157 | 3,4 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 0610 | КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ | 61/5 | 6,2 | 3,9 | 16,9 | 129 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 29 | 2,1 | 0,2 | 14,1 | 66 | 0 |
| 2008 | | СВЕЖИЙ ФРУКТ | 74 | 0,3 | 0,3 | 7 | 34 | 2,9 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,2 | | 3,6 | 15 | 0,04 |
| Итого | | | 349 | 8,8 | 4,4 | 41,6 | 244 | 2,94 |
| Всего | | | | 43,8 | 49,9 | 154,2 | 1248 | 32,34 |

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.