

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №350" городского округа Самара
/Баландина О.В./



МЕНЮ
9 января 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	140	3,9	5,4	14,3	122	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	45/7/6	2,7	4,4	21,7	138	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,6	4,9	15,4	124	0,8
Итого			378	11,2	14,7	51,4	384	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	88	0,5	0,1	10	44	2
Итого			88	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	38	0,3	2,4	2,9	36	1
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	151/6	3,3	1,1	17,8	94	5,4
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,1	1	22,5	107	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	24/4	5	8,4	1,7	105	1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			5,6	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,7	85	0
Итого			535	13,5	13,3	68,2	450	7,4
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	51	3,1	2,7	21,5	122	2,28
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	80	2,2	1,9	3,1	41	0,2
Итого			131	5,3	4,6	24,6	163	2,48
Ужин								
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	112	2	3,4	12,6	90	6,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,5	0,1	9,6	45	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		5,2	21	0,03
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	56	0,2	0,2	5,3	25	2,2
Итого			357	3,8	3,7	32,7	181	8,53
Всего				34,3	36,4	186,9	1222	21,61

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.