

Утверждаю

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



МЕНЮ
9 декабря 2024 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	128/20	3,5	4,3	23,1	146	0,77
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	29/5/6	1,6	3,6	14	95	1,8
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	31	3,2	2,8	0,2	39	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	11,4	48	40,2
Итого			399	8,5	10,8	48,7	328	42,77
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	86	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	42	0,2	0,2	4,2	20	4,2
Итого			128	0,7	0,3	14,2	64	6,2
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	36	0,6	1,8	2,8	31	5,3
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	171/8	2,5	1,4	14,2	81	12,2
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	123	8,4	9,1	22,7	208	11,1
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			7,1	29	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,7	85	0
Итого			530	14,3	12,7	64,5	434	29
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	45	3,3	2,7	24,6	138	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	62	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			107	8	4,3	31,2	201	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	25	3,4	2,4	4,6	54	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	126	1,9	2,8	10,9	78	6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3	3,2	11,1	86	0,52
Итого			351	9,8	8,5	36,3	264	6,72
Всего				41,3	36,6	194,9	1291	85,49

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.