

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

Заведующий
/Баландина О.В./




МЕНЮ

10 января 2025 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 140 | 4,5 | 3,7 | 21,7 | 139 | 0,3 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ | 32/5/6 | 2,9 | 4,7 | 12,4 | 104 | 0 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 0,1 | | 5,1 | 21 | 0,22 |
| Итого | | | 363 | 7,5 | 8,4 | 39,2 | 264 | 0,52 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 87 | 0,5 | 0,1 | 10 | 43 | 2 |
| Итого | | | 87 | 0,5 | 0,1 | 10 | 43 | 2 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 44 | САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (2-Й ВАРИАНТ) | 32 | 0,5 | 0,8 | 2,7 | 22 | 6,6 |
| 2008 | 94 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 143/6 | 2,1 | 2,1 | 10,5 | 72 | 12,2 |
| 2008 | 314 | КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ | 41 | 6,2 | 7,9 | 6,1 | 121 | 0,6 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 102 | 2,9 | 2,7 | 19,5 | 113 | 9,4 |
| 2008 | 401 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 150 | 0,2 | | 10,2 | 42 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 42 | 2,8 | 0,4 | 17,7 | 85 | 0 |
| Итого | | | 516 | 14,7 | 13,9 | 66,7 | 455 | 28,8 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 453 | ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ | 39 | 2,6 | 3,1 | 26 | 142 | 0 |
| 2008 | 435 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%) | 76 | 2,1 | 1,8 | 3,1 | 40 | 0,1 |
| Итого | | | 115 | 4,7 | 4,9 | 29,1 | 182 | 0,1 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 193 | ЗАПЕКАНКА РИСОВО- ТВОРОЖНАЯ | 76 | 2,4 | 2,2 | 11,3 | 75 | 0 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 175 | 5,3 | 5,7 | 13,1 | 126 | 0,9 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 35 | 2,7 | 0,2 | 17,6 | 83 | 0 |
| 2008 | | СВЕЖИЙ ФРУКТ | 64 | 0,3 | 0,3 | 6,3 | 30 | 6,5 |
| Итого | | | 350 | 10,7 | 8,4 | 48,3 | 314 | 7,4 |
| Всего | | | | 38,1 | 35,7 | 193,3 | 1258 | 38,82 |

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: 

Моисеева Т.А.