

Утверждаю

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



МЕНЮ
10 октября 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	3,8	3,9	20,1	132	0,3
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	46/7/6	2,7	5,1	21,8	145	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,2	4,5	14,9	117	0,8
Итого			369	10,7	13,5	56,8	394	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	87	0,5	0,1	10	44	2
Итого			87	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	40	0,4	2	3,3	34	1,2
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	149/6	3,1	1,2	17	91	5,2
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2	1,9	22	114	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	24/4	4,9	8	1,8	101	1,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,4	84	0
Итого			534	13,1	13,5	67,3	447	7,6
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	53	3,5	3,7	19,9	125	1,64
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	72	2	1,7	2,8	37	0,2
Итого			125	5,5	5,4	22,7	162	1,84
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	95	6,1	6,7	4,5	104	2,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,4	0,1	9,5	45	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		5,1	21	0,02
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	50	0,2	0,2	4,7	23	2
Итого			334	7,8	7	23,8	193	4,62
Всего				37,6	39,5	180,6	1240	17,16

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.