

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

11 апреля 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	3,9	5,5	19,6	145	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	34/5/5	2	4,6	15,4	111	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,9	9,7	76	0,53
Итого			364	8,6	13	44,7	332	1,03
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	41	0,2	0,2	4	19	1,6
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	44	2
Итого			124	0,7	0,3	14	63	3,6
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	37	0,3	1,5	1,2	21	6,1
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	152/8	2,1	1,6	14	83	6,3
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	42	7,4	8,9	5	131	0,4
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	96	9,7	2	20,4	138	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6,3	26	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			525	22,1	14,4	63,9	481	13,3
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	46	3,4	5,1	26,1	163	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	88	2,5	2,1	3,4	46	0,2
Итого			134	5,9	7,2	29,5	209	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	30	5,3	2,2	4,1	57	0,6
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	119	2	2,4	12,1	79	6,4
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	170	0,2	0,1	7,7	33	38
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,4	0,1	9	42	0
Итого			337	8,9	4,8	32,9	211	45
Всего				46,2	39,7	185	1296	63,13

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.