

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



# МЕНЮ

11 ноября 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	128/20	3,5	4,3	23,1	146	0,81
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	33/5/6	1,8	4,4	15,4	109	1,8
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	31	3,2	2,8	0,2	39	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,6	49	42,6
<b>Итого</b>			<b>403</b>	<b>8,8</b>	<b>11,6</b>	<b>50,3</b>	<b>343</b>	<b>45,21</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	96	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	43	0,2	0,2	4,2	20	4,3
<b>Итого</b>			<b>139</b>	<b>0,7</b>	<b>0,3</b>	<b>14,2</b>	<b>64</b>	<b>6,3</b>
<b>Обед</b>								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	36	0,6	1,8	2,9	31	5,3
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	170/8	2,5	1,5	13,9	82	12
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	127	9,4	10,2	22,2	220	11
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			7,3	30	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,6	80	0
<b>Итого</b>			<b>530</b>	<b>15,1</b>	<b>13,8</b>	<b>62,9</b>	<b>443</b>	<b>28,8</b>
<b>Полдник</b>								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	44	3,2	2,7	24,2	135	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	69	4,7	1,6	6,6	63	0,8
<b>Итого</b>			<b>113</b>	<b>7,9</b>	<b>4,3</b>	<b>30,8</b>	<b>198</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	28	4	2,5	5,1	59	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	139	2	2,9	12	84	6,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,4	0,1	8,8	42	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,9	10,7	81	0,52
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>10,1</b>	<b>8,4</b>	<b>36,6</b>	<b>266</b>	<b>7,32</b>
<b>Всего</b>				<b>42,6</b>	<b>38,4</b>	<b>194,8</b>	<b>1314</b>	<b>88,43</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.