

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

12 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	89	7,3	13,8	1,8	160	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	18	0,4		1,9	9	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/5/7	2,8	5	11	101	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	176	5	5,4	12,4	120	0,9
Итого			325	15,5	24,2	27,1	390	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	79	0,5	0,1	10	43	2
Итого			79	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	26	0,3	1,4	2,1	23	0,7
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/6	2,3	1,9	12,5	78	12,4
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	46	7,3	7,6	6,4	124	0,4
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	110	2,3	2,5	19,2	109	9,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			3,5	14	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16	77	0
Итого			526	14,7	13,7	59,7	425	23,3
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	42	3,2	4,2	15	111	3,9
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	91	2,7	2,3	3,8	49	0,3
Итого			133	5,9	6,5	18,8	160	4,2
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	69/5	6,5	4	15,4	125	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,3	0,2	15,3	72	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	66	0,3	0,3	6,2	30	2,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		3,8	15	0,02
Итого			351	9,2	4,5	40,7	242	2,72
Всего				45,8	49	156,3	1260	33,72

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

М.А. Моисеева

Моисеева Т.А.