

Утверждаю

Заведующий

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

/Баландина О.В./

МЕНЮ
12 сентября 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	3,9	4,7	19,2	136	0,3
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	46/7/6	2,6	5,7	21,4	148	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,4	4,8	14,7	120	0,8
Итого			369	10,9	15,2	55,3	404	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,5	0,1	10	44	2
Итого			81	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	38	0,4	1,5	3,1	28	1,1
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	144/6	3,1	1,6	16,7	93	4,7
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	1,9	1,5	20,3	102	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	27/4	6	9,1	1,6	114	1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			6,9	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,4	79	0
Итого			528	14	14	65	444	6,8
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	56	3,8	5	20,7	142	1,86
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	81	2,3	1,9	3,2	42	0,2
Итого			137	6,1	6,9	23,9	184	2,06
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	102	6,2	6,3	5,5	104	3,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,2	0,1	7,9	37	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,2		5,9	24	0,04
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	56	0,2	0,2	5,2	25	2,2
Итого			344	7,8	6,6	24,5	190	5,64
Всего				39,3	42,8	178,7	1266	17,6

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.