

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



# МЕНЮ

12 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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	140	4	5,9	13,6	124	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	27/7	1,7	4,7	11,3	95	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180*	0,1		5,1	21	0,02
<b>Итого</b>			<b>354</b>	<b>5,8</b>	<b>10,6</b>	<b>30</b>	<b>240</b>	<b>0,42</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	87	0,4	0,1	8,8	37	1,7
<b>Итого</b>			<b>87</b>	<b>0,4</b>	<b>0,1</b>	<b>8,8</b>	<b>37</b>	<b>1,7</b>
<b>Обед</b>								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	43	0,6	2	3,3	35	6,4
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	149/6	2,8	1,5	18,6	100	6,9
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С СОУСОМ	110/20	3,9	3,8	18,9	124	0,59
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	49	6,5	10,2	12,5	167	1,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,4	84	0
<b>Итого</b>			<b>568</b>	<b>16,5</b>	<b>17,9</b>	<b>75,6</b>	<b>529</b>	<b>15,09</b>
<b>Полдник</b>								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	41	2,5	2,5	22,1	121	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	75	2,1	1,8	2,9	39	0,2
<b>Итого</b>			<b>116</b>	<b>4,6</b>	<b>4,3</b>	<b>25</b>	<b>160</b>	<b>0,2</b>
<b>Ужин</b>								
2008	156	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ	59	7,7	4,9	19,1	152	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,2	4,5	12	106	0,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35					0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	71	0,3	0,3	7	34	7,1
<b>Итого</b>			<b>345</b>	<b>12,2</b>	<b>9,7</b>	<b>38,1</b>	<b>292</b>	<b>7,9</b>
<b>Всего</b>				<b>39,5</b>	<b>42,6</b>	<b>177,5</b>	<b>1258</b>	<b>25,31</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.