

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида № 350" городского округа Самара  
Заведующий /Баландина О.В./



**МЕНЮ**  
12 декабря 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	3,5	5,2	18,5	135	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	32/4/5	1,9	4	14,9	103	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,4	2,5	9	69	0,43
<b>Итого</b>			<b>361</b>	<b>7,8</b>	<b>11,7</b>	<b>42,4</b>	<b>307</b>	<b>0,83</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	43	0,2	0,2	4,1	20	1,7
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	92	0,5	0,1	10	44	2
<b>Итого</b>			<b>135</b>	<b>0,7</b>	<b>0,3</b>	<b>14,1</b>	<b>64</b>	<b>3,7</b>
<b>Обед</b>								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	30	0,2	2	0,9	24	4,2
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	148/8	2,1	1,3	13,6	76	6,3
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	41	7,4	8,6	4,5	125	0,4
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	98	10,2	1,5	21,3	140	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			5,9	24	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
<b>Итого</b>			<b>513</b>	<b>22,4</b>	<b>13,7</b>	<b>62,3</b>	<b>467</b>	<b>11,3</b>
<b>Полдник</b>								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	46	3,5	4,8	25,5	158	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	68	1,9	1,6	2,6	35	0,2
<b>Итого</b>			<b>114</b>	<b>5,4</b>	<b>6,4</b>	<b>28,1</b>	<b>193</b>	<b>0,2</b>
<b>Ужин</b>								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	25	4	1,8	4,2	48	0,5
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	111	2	2,1	12,7	79	6,3
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	170	0,2	0,1	7,3	31	28,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,3	0,1	8,2	39	0
<b>Итого</b>			<b>323</b>	<b>7,5</b>	<b>4,1</b>	<b>32,4</b>	<b>197</b>	<b>35,4</b>
<b>Всего</b>				<b>43,8</b>	<b>36,2</b>	<b>179,3</b>	<b>1228</b>	<b>51,43</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.