

Утверждаю

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

МЕНЮ

13 января 2025 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	4,5	5,4	17,2	135	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	33/4/6	1,9	4,3	16,1	111	1,8
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	10,6	45	32,5
Итого			363	6,6	9,8	43,9	291	34,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	88	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	43	0,2	0,2	4,3	20	4,3
Итого			131	0,7	0,3	14,3	64	6,3
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	38	0,6	1,9	2,7	31	5,8
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	170/8	2,5	1,2	13,6	78	12,8
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	117	8,4	10	21	210	10,2
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			7,8	32	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	18	87	0
Итого			525	14,3	13,5	63,1	438	29,2
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	43	3,1	2,6	23,5	131	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	64	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			107	7,8	4,2	30,1	194	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	27	3,7	3,6	5,6	70	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	139	2	3,9	12,4	94	6,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,3	0,1	8,2	39	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,2	2,4	9,8	71	0,42
Итого			363	9,2	10	36	274	7,32
Итого				38,6	37,8	187,4	1261	78,42

Стоимость! 179 рублей
Ответственна *МФ*