

Утверждаю

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



МЕНЮ
13 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		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,1	4,5	12,7	104	0,3
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	31/8	3	7	9,5	114	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	167	4,3	4,5	10,1	99	0,7
Итого			356	10,4	16	32,3	317	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	97	0,5	0,1	10	43	2
Итого			97	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	27	0,3	2,7	0,9	29	2,4
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	148/6	2	1	11,6	66	8,9
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	101	7,7	6,4	20,6	172	10,6
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2		9,1	38	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,6	80	0
Итого			471	12,8	10,4	58,8	385	21,9
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	43	3,7	4,9	23,4	151	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	72	2	1,7	2,9	38	0,1
Итого			115	5,7	6,6	26,3	189	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	57/8	8,8	6,1	18,2	164	0,12
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		4	16	0,12
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	76	0,3	0,3	7,1	34	3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,4	0,2	16,1	76	0
Итого			354	11,6	6,6	45,4	290	3,24
Всего				41	39,7	172,8	1224	28,24

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.