

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

13 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		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	81	6,2	12,9	1,7	148	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	16	0,3		1,7	8	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	31/5/7	3	5,5	11,3	107	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	169	4,9	5,2	13,1	120	0,9
Итого			309	14,4	23,6	27,8	383	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	93	0,5	0,1	10	43	2
Итого			93	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	27	0,3	1	2,1	19	0,7
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	149/6	2,3	2,4	12,2	82	12,3
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	43	6,2	6,7	6,5	110	0,4
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	107	2,2	3,4	18,3	113	9,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			2,9	12	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,7	90	0
Итого			526	13,9	13,9	60,7	426	22,8
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	44	3,3	4,9	13,6	111	3,88
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	76	2,2	1,9	3,2	41	0,2
Итого			120	5,5	6,8	16,8	152	4,08
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	58/5	5,6	3,6	15,5	117	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,3	0,2	15,6	74	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	67	0,3	0,3	6,3	30	2,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,2	21	0,03
Итого			342	8,3	4,1	42,6	242	2,63
Всего				42,6	48,5	157,9	1246	32,91

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.