

Утверждаю

Заведующий

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

/Баландина О.В./



МЕНЮ

14 февраля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	6,4	13,8	1,8	158	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	15	0,3		1,6	7	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	31/5/7	2,9	5,8	11,4	109	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	186	5,3	5,7	12,2	124	1
Итого			329	14,9	25,3	27	398	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	43	2
Итого			83	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	26	0,3	1,1	2,2	20	0,7
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	145/6	2,2	1,6	12	73	11,5
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	44	6,7	7,2	7,1	120	0,4
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	106	2,2	2,6	18,4	106	9,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			3,2	13	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			517	14	12,9	59,9	414	22
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	44	3,4	5,4	13,5	116	3,99
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	84	2,4	2,1	3,5	46	0,3
Итого			128	5,8	7,5	17	162	4,29
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	71/5	6,4	4,3	15,8	128	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,8	0,2	12,4	59	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	76	0,3	0,3	7,2	34	3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		3,5	15	0,03
Итого			358	8,7	4,8	38,9	236	3,13
Всего				43,9	50,6	152,8	1253	32,92

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.