

Утверждаю

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

МЕНЮ
14 марта 2025 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	87	6,9	13,4	1,7	155	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	17	0,3		1,7	8	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	32/5/7	3,1	5,1	11,4	105	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	179	5,1	5,5	13,1	124	0,9
Итого			327	15,4	24	27,9	392	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	94	0,5	0,1	10	43	2
Итого			94	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	26	0,3	1,4	2,1	23	0,7
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	144/6	2,2	1,9	11,2	72	12
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	40	6,2	6,7	6,1	109	0,3
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	97	2	2,4	16,7	98	8,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,2	17	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,4	79	0
Итого			502	13,3	12,7	56,7	398	21,6
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	42	3	4,2	14,1	106	3,9
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	81	2,4	2	3,4	44	0,2
Итого			123	5,4	6,2	17,5	150	4,1
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	60/5	5,6	4,1	15,5	122	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,8	0,2	11,8	56	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	61	0,2	0,2	5,7	28	2,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,5	18	0,02
Итого			330	7,7	4,5	37,5	224	2,42
Всего				42,3	47,5	149,6	1207	31,52

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.