

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

14 октября 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	128/20	3,5	4,3	23,1	146	0,81
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	31/5/6	1,7	3,7	15	100	1,8
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	31	3,2	2,8	0,2	39	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,6	49	42,6
Итого			401	8,7	10,9	49,9	334	45,21
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	94	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	41	0,2	0,2	4,1	20	4,2
Итого			135	0,7	0,3	14,1	64	6,2
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	38	0,6	1,8	3	32	5,7
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	172/8	2,6	1,5	14	82	12,6
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	122	8,6	9,5	21,9	209	10,8
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			7,2	30	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,2	78	0
Итого			528	14,3	13,1	62,3	431	29,5
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	42	3,1	2,6	23,5	131	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	67	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			109	7,8	4,2	30,1	194	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	27	3,7	2,4	5,1	58	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	139	2	2,9	12,3	84	6,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,3	0,1	8,4	40	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3	3,2	11,1	85	0,52
Итого			363	10	8,6	36,9	267	7,32
Всего				41,5	37,1	193,3	1290	89,03

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.