

Утверждаю

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



МЕНЮ
14 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	3,8	5,6	19,5	144	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	33/4/5	1,9	4,1	15,5	108	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,6	2,7	9,2	72	0,43
Итого			362	8,3	12,4	44,2	324	0,93
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	42	0,2	0,2	4	19	1,7
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	84	0,5	0,1	10	44	2
Итого			126	0,7	0,3	14	63	3,7
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	37	0,3	1,7	1,3	23	6,3
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	158/8	2,4	1,4	14,9	82	6,9
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	43	7,4	9,1	4,9	131	0,5
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	104	10,6	2,2	22	149	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6	24	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			540	23,3	14,8	66,1	491	14,1
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	46	3,3	4,7	25,7	159	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	73	2	1,7	2,8	38	0,2
Итого			119	5,3	6,4	28,5	197	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	31	4,5	2,4	6,8	68	0,7
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	118	1,8	2,6	11,8	80	6,3
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	170	0,2	0,1	6,8	29	32,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
Итого			339	8	5,2	35,1	223	39,5
Всего				45,6	39,1	187,9	1298	58,43

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.