

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

15 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ | 140 | 3,9 | 5,5 | 13,5 | 120 | 0,5 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 27/7 | 1,6 | 4,7 | 11,1 | 94 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 | | 5,1 | 21 | 0,02 |
| Итого | | | 354 | 5,6 | 10,2 | 29,7 | 235 | 0,52 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 84 | 0,4 | 0,1 | 8,5 | 36 | 1,7 |
| Итого | | | 84 | 0,4 | 0,1 | 8,5 | 36 | 1,7 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 35 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 41 | 0,6 | 1,7 | 2,9 | 31 | 6,1 |
| 2008 | 100 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ | 147/6 | 2,6 | 1,3 | 18,7 | 98 | 7,1 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С СОУСОМ | 110/20 | 3,9 | 3,3 | 18,6 | 119 | 0,65 |
| 2008 | 283 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 46 | 6,3 | 9,2 | 12,3 | 157 | 0,9 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | | | 4,9 | 19 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 | 0 |
| Итого | | | 560 | 16 | 15,9 | 74,4 | 506 | 14,75 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 451 | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ | 41 | 2,6 | 2,1 | 22,8 | 121 | 0 |
| 2008 | 435 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%) | 73 | 2 | 1,7 | 2,8 | 38 | 0,2 |
| Итого | | | 114 | 4,6 | 3,8 | 25,6 | 159 | 0,2 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 156 | ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ | 59 | 7,5 | 4,4 | 20,7 | 153 | 0 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 4,3 | 4,6 | 12 | 107 | 0,8 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 34 | | | | | 0 |
| 2008 | | СВЕЖИЙ ФРУКТ | 68 | 0,3 | 0,3 | 6,7 | 32 | 6,9 |
| Итого | | | 341 | 12,1 | 9,3 | 39,4 | 292 | 7,7 |
| Всего | | | | 38,7 | 39,3 | 177,6 | 1228 | 24,87 |

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.