

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

16 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3	5	11,8	105	0,3
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	32/8	3,3	7,4	9,3	119	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	168	4,3	4,6	10	100	0,7
Итого			358	10,6	17	31,1	324	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	85	0,5	0,1	10	43	2
Итого			85	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	27	0,3	2,7	0,9	29	2,4
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	149/6	2,2	1,3	12,3	71	8,7
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	111	7,9	5,8	22,9	175	11,7
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2		8,7	36	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			483	13,2	10,2	61,8	393	22,8
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	43	3,7	4,1	22,9	143	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	74	2	1,7	3	39	0,1
Итого			117	5,7	5,8	25,9	182	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	57/8	8,8	6,4	18,4	168	0,12
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		3,8	16	0,22
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	71	0,3	0,3	6,6	32	2,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,4	77	0
Итого			350	11,7	6,9	45,2	293	3,14
Всего				41,7	40	174	1235	29,14

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.