



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

МЕНЮ

17 января 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	80	6,3	14,6	1,5	165	0,1
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	13	0,3		1,4	6	0,2
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	32/5/7	2,8	5,9	11,7	111	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	147	4,3	4,6	12	107	0,8
Итого			284	13,7	25,1	26,6	389	1,1
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 РАСТИТЕЛЬНОМ	26	0,3	1,3	2,1	22	0,6
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/6	2,3	1,8	12,3	76	13,1
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	38	5,3	5,9	5,9	98	0,4
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	104	2,2	3,1	17,8	108	9,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			3,9	15	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			514	12,7	12,5	59	401	23,2
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	42	3	4	14,6	106	4,12
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	67	2	1,7	2,8	36	0,2
Итого			109	5	5,7	17,4	142	4,32
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	55/5	4,9	3	16,6	112	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,2	81	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	65	0,3	0,3	6,1	29	2,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,9	20	0,03
Итого			340	7,9	3,5	44,8	242	2,63
Всего				39,8	46,9	157,8	1217	33,25

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.