

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



# МЕНЮ

18 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	87	6,7	14,3	1,8	163	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	17	0,3		1,8	8	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	34/5/7	3,1	6	12,1	116	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	179	5,1	5,5	12,1	121	0,9
<b>Итого</b>			<b>329</b>	<b>15,2</b>	<b>25,8</b>	<b>27,8</b>	<b>408</b>	<b>1,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	85	0,5	0,1	10	43	2
<b>Итого</b>			<b>85</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	29	0,2	0,9	2,5	20	0,9
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	152/6	2,3	2,3	12,3	82	12,8
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	43	6,3	6,4	6,9	111	0,4
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	106	2,2	3,1	18,2	110	9,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			3,5	14	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,3	83	0
<b>Итого</b>			<b>527</b>	<b>13,7</b>	<b>13,1</b>	<b>60,7</b>	<b>420</b>	<b>23,4</b>
<b>Полдник</b>								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	43	3,3	4,4	13,7	108	4,18
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	82	2,4	2	3,4	44	0,2
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>5,7</b>	<b>6,4</b>	<b>17,1</b>	<b>152</b>	<b>4,38</b>
<b>Ужин</b>								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	61/5	5,7	3,7	15,2	117	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,5	0,2	16,8	79	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	66	0,3	0,3	6,2	30	2,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		3,8	16	0,02
<b>Итого</b>			<b>347</b>	<b>8,6</b>	<b>4,2</b>	<b>42</b>	<b>242</b>	<b>2,72</b>
<b>Всего</b>				<b>43,7</b>	<b>49,6</b>	<b>157,6</b>	<b>1265</b>	<b>33,9</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.