

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
**19 сентября 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	3,5	5,9	18,5	142	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	33/5/5	1,8	4,8	14,9	111	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,4	2,5	8,9	68	0,43
<b>Итого</b>			<b>363</b>	<b>7,7</b>	<b>13,2</b>	<b>42,3</b>	<b>321</b>	<b>0,83</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	41	0,2	0,2	4	19	1,6
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	94	0,5	0,1	10	44	2
<b>Итого</b>			<b>135</b>	<b>0,7</b>	<b>0,3</b>	<b>14</b>	<b>63</b>	<b>3,6</b>
<b>Обед</b>								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	36	0,3	2	1,2	25	5,8
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	148/8	2,2	1,5	13,1	77	6,1
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	41	7,2	8,4	5,1	125	0,4
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	101	10,2	2,3	21,3	147	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			5,7	23	0,3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,4	0,3	15,7	76	0
<b>Итого</b>			<b>521</b>	<b>22,3</b>	<b>14,5</b>	<b>62,1</b>	<b>473</b>	<b>12,6</b>
<b>Полдник</b>								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	47	3,6	4,8	26,2	161	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	70	1,9	1,7	2,7	36	0,2
<b>Итого</b>			<b>117</b>	<b>5,5</b>	<b>6,5</b>	<b>28,9</b>	<b>197</b>	<b>0,2</b>
<b>Ужин</b>								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	31	4,7	1,9	5,3	56	0,8
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	120	1,9	2,1	11,9	75	6,4
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	170	0,2	0,1	7,3	31	28,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
<b>Итого</b>			<b>341</b>	<b>8,3</b>	<b>4,2</b>	<b>34,2</b>	<b>208</b>	<b>35,8</b>
<b>Всего</b>				<b>44,5</b>	<b>38,7</b>	<b>181,5</b>	<b>1262</b>	<b>53,03</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.