

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

20 марта 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	3,5	3,7	17,5	117	0,3
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	45/7/6	2,6	4,3	21,7	137	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,5	3,8	12	97	0,6
Итого			368	9,6	11,8	51,2	351	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	85	0,5	0,1	10	44	2
Итого			85	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	31	0,3	1,3	2,5	24	0,8
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	144/6	2,8	0,9	15,4	80	4,7
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	1,9	1,4	20,4	102	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	23/3	5,2	7,9	1,5	99	1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	15	72	0
Итого			512	12,5	11,8	60,6	400	6,5
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	52	3,3	2,6	20,8	119	1,59
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	66	1,8	1,6	2,5	34	0,2
Итого			118	5,1	4,2	23,3	153	1,79
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	89	5,9	6,2	4	97	2,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,2	0,1	8	38	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		4,8	19	0,02
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	47	0,2	0,2	4,4	21	1,8
Итого			322	7,4	6,5	21,2	175	4,52
Всего				35,1	34,4	166,3	1123	15,71

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.