

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

21 февраля 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 140 | 4,4 | 5,4 | 20,4 | 150 | 0,3 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ | 32/4/6 | 2,6 | 5,1 | 12,3 | 106 | 0 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 0,1 | | 6 | 25 | 0,22 |
| Итого | | | 362 | 7,1 | 10,5 | 38,7 | 281 | 0,52 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 86 | 0,5 | 0,1 | 10 | 43 | 2 |
| Итого | | | 86 | 0,5 | 0,1 | 10 | 43 | 2 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 44 | САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (2-И ВАРИАНТ) | 31 | 0,5 | 2 | 4 | 37 | 5,9 |
| 2008 | 94 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 154/6 | 2,5 | 2,5 | 12,6 | 83 | 13,7 |
| 2008 | 272 | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 47 | 6,8 | 9,1 | 7 | 136 | 0,4 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 112 | 3,2 | 2,9 | 21,7 | 126 | 10,5 |
| 2008 | 401 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 150 | 0,2 | 0,1 | 12,2 | 51 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 | 0 |
| Итого | | | 540 | 15,8 | 17 | 74,5 | 515 | 30,5 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 453 | ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ | 46 | 2,5 | 0,9 | 28,7 | 132 | 7,4 |
| 2008 | 435 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%) | 74 | 2 | 1,8 | 3 | 39 | 0,1 |
| Итого | | | 120 | 4,5 | 2,7 | 31,7 | 171 | 7,5 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 193 | ЗАПЕКАНКА РИСОВО- ТВОРОЖНАЯ | 83 | 3,7 | 5,1 | 10,6 | 103 | 0 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 183 | 5,6 | 5,9 | 14,3 | 135 | 1 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 34 | 2,6 | 0,2 | 17,1 | 81 | 0 |
| 2008 | | СВЕЖИЙ ФРУКТ | 70 | 0,3 | 0,3 | 6,9 | 33 | 7 |
| Итого | | | 370 | 12,2 | 11,5 | 48,9 | 352 | 8 |
| Всего | | | | 40,1 | 41,8 | 203,8 | 1362 | 48,52 |

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.