

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

21 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	4	4,4	20,1	137	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	32/6/6	3	6	11,5	113	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		5,4	22	0,22
Итого			364	7,1	10,4	37	272	0,52
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	97	0,5	0,1	10	43	2
Итого			97	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	44	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (2-Й ВАРИАНТ)	30	0,6	0,8	2,8	21	6,1
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	150/6	2,2	1,9	12	76	13,2
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	42	6,2	6,9	6	112	0,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	99	2,8	2,9	19,6	116	9,6
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2	0,1	12,1	50	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			517	14,6	13	69,5	457	29,3
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	41	2,2	0,8	25,1	116	6,5
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	72	2	1,7	2,9	38	0,1
Итого			113	4,2	2,5	28	154	6,6
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВО- ТВОРОЖНАЯ	74	2,7	2,5	9,9	73	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	179	5,4	5,7	13,5	130	0,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,7	60	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,7	32	6,8
Итого			346	10,3	8,7	42,8	295	7,7
Всего				36,7	34,7	187,3	1221	46,12

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.