

Утверждаю

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



МЕНЮ

21 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	3,7	4,3	18,3	128	0,3
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	45/7/6	2,6	4,9	21,3	140	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4	4,3	12,1	105	0,7
Итого			368	10,3	13,5	51,7	373	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	97	0,5	0,1	10	44	2
Итого			97	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	33	0,3	1,3	2,7	25	0,9
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	150/6	3,1	1,5	17,1	94	5,4
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,2	1,9	23,2	119	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	30/4	7,8	10,7	1,6	135	1,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			5,1	21	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			533	16	15,8	66,7	476	7,5
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	52	3,2	3,1	19,8	119	1,53
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	75	2,1	1,8	2,9	39	0,2
Итого			127	5,3	4,9	22,7	158	1,73
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	103	6,8	6,5	4,7	106	3,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,4	0,1	9,4	44	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		4,2	17	0,03
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	48	0,2	0,2	4,6	22	1,9
Итого			340	8,5	6,8	22,9	189	5,13
Всего				40,6	41,1	174	1240	17,36

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.