

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

24 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	127/20	3,5	4,5	22,4	144	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	32/4/6	1,9	3,4	15,6	101	1,6
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	30	3	2,7	0,2	37	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	11	46	38,1
Итого			399	8,6	10,7	49,2	328	40,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	87	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	42	0,2	0,2	4,2	20	4,3
Итого			129	0,7	0,3	14,2	64	6,3
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	41	0,6	2	3	33	6,1
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	169/8	2,5	1,2	12,9	75	12,4
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	114	8,4	9,4	19,9	199	9,7
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			7,5	31	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,8	86	0
Итого			524	14,3	13	61,1	424	28,6
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	43	3,1	2,6	23,5	131	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	63	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			106	7,8	4,2	30,1	194	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	28	3,9	2,7	5,6	61	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	137	2	2,1	12,2	77	6,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,3	0,1	8,1	38	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,8	3	10,5	80	0,53
Итого			362	10	7,9	36,4	256	7,43
Всего				41,4	36,1	191	1266	83,43

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.