

Утверждаю

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

МЕНЮ
24 октября 2024 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	3,8	3,5	19	123	0,3
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	44/7/6	2,6	4,5	21,4	137	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,1	4,5	12,8	109	0,8
Итого			367	10,5	12,5	53,2	369	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	96	0,5	0,1	10	44	2
Итого			96	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	31	0,3	1,4	2,6	25	0,8
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	146/6	2,8	1,5	16,3	89	5,1
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2	1,5	21,3	106	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	25/4	6	9,1	1,3	113	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			5,5	22	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,4	79	0
Итого			521	13,7	13,8	63,4	434	6,6
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	56	3,8	5	20,7	142	1,86
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	73	2	1,7	2,8	37	0,2
Итого			129	5,8	6,7	23,5	179	2,06
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	103	6,8	6,6	5,3	110	3,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,8	51	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		4,5	18	0,03
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	52	0,2	0,2	4,9	24	2,1
Итого			346	8,7	6,9	25,5	203	5,33
Всего				39,2	40	175,6	1229	17,09

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.