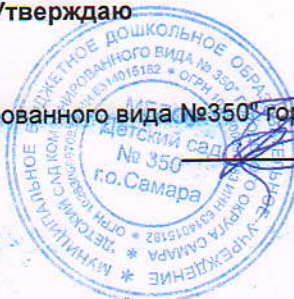


Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

27 января 2025 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 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ | 126/20 | 3,5 | 4,5 | 22,8 | 146 | 0,79 |
| 2008 | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ | 36/8/6 | 1,9 | 3,9 | 18,5 | 115 | 3,4 |
| 2008 | 213 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 29 | 3 | 2,7 | 0,2 | 38 | 0 |
| 2008 | 437 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА | 180 | 0,2 | 0,1 | 10,7 | 45 | 38 |
| Итого | | | 405 | 8,6 | 11,2 | 52,2 | 344 | 42,19 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 98 | 0,5 | 0,1 | 10 | 44 | 2 |
| 2008 | | СВЕЖИЙ ФРУКТ | 41 | 0,2 | 0,2 | 4,1 | 20 | 4,2 |
| Итого | | | 139 | 0,7 | 0,3 | 14,1 | 64 | 6,2 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 42 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ) | 37 | 0,6 | 1,5 | 2,9 | 28 | 5,4 |
| 2008 | 102 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ | 173/8 | 2,5 | 1,4 | 14,1 | 80 | 12,3 |
| 2008 | 309 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 125 | 8,8 | 9,2 | 22,2 | 208 | 10,9 |
| 2008 | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК) | 150 | | | 7,8 | 32 | 0,4 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 42 | 2,8 | 0,4 | 17,9 | 86 | 0 |
| Итого | | | 535 | 14,7 | 12,5 | 64,9 | 434 | 29 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 471 | БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ" | 43 | 3,1 | 2,6 | 23,5 | 131 | 0 |
| 2008 | 435 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%) | 75 | 4,7 | 1,6 | 6,6 | 63 | 0,8 |
| Итого | | | 118 | 7,8 | 4,2 | 30,1 | 194 | 0,8 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 239 | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ | 28 | 4,4 | 2,3 | 4 | 53 | 0,2 |
| 2008 | 51 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ | 139 | 2,1 | 2,5 | 12,4 | 81 | 6,8 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,7 | 2,9 | 10,5 | 79 | 0,52 |
| Итого | | | 367 | 10,7 | 7,8 | 36,6 | 259 | 7,52 |
| Всего | | | | 42,5 | 36 | 197,9 | 1295 | 85,71 |

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.