

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

27 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	3,4	4,7	17,8	129	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	34/4/5	1,9	4,5	15,2	110	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,4	2,4	9	68	0,43
Итого			363	7,7	11,6	42	307	0,83
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	40	0,2	0,2	3,8	18	1,6
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	93	0,5	0,1	10	44	2
Итого			133	0,7	0,3	13,8	62	3,6
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	33	0,3	2	1,1	25	5,7
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	152/8	2,2	1,2	13,9	77	6,3
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	42	7,3	8,6	4,8	126	0,5
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	102	10,5	1,9	22	146	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6,1	26	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,4	79	0
Итого			526	22,9	14	64,3	479	12,9
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	46	3,1	4,3	26,7	160	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	70	1,9	1,7	2,7	36	0,2
Итого			116	5	6	29,4	196	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	28	4,5	2	5,2	57	0,5
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	119	2,1	2,1	12,9	80	6,7
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	170	0,2	0,1	7,2	31	31,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,4	0,1	8,7	41	0
Итого			335	8,2	4,3	34	209	38,4
Всего				44,5	36,2	183,5	1253	55,93

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.