

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
**27 декабря 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 |                               |                |
| <b>Завтрак</b>    |               |   |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008              | 214           | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                               | 86         | 7                 | 13,9        | 1,7          | 160                           | 0,2            |
| к/к               | к/к           | КУКУРУЗА САХАРНАЯ                               | 16         | 0,3               |             | 1,6          | 8                             | 0,3            |
| 2008              | 1             | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ                      | 32/5/7     | 2,8               | 5,4         | 12           | 108                           | 0              |
| 2008              | 432           | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                      | 164        | 4,9               | 5,1         | 11,6         | 113                           | 0,8            |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>310</b> | <b>15</b>         | <b>24,4</b> | <b>26,9</b>  | <b>389</b>                    | <b>1,3</b>     |
| <b>II Завтрак</b> |               |   |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008              | 442           | СОК ФРУКТОВЫЙ                                   | 82         | 0,5               | 0,1         | 10           | 43                            | 2              |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>82</b>  | <b>0,5</b>        | <b>0,1</b>  | <b>10</b>    | <b>43</b>                     | <b>2</b>       |
| <b>Обед</b>       |               |   |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008              | 71            | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ  | 29         | 0,3               | 0,8         | 2,4          | 19                            | 0,8            |
| 2008              | 84            | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ   | 149/6      | 2,4               | 2,2         | 12,3         | 80                            | 12,5           |
| 2008              | 272           | БИТОЧКИ МЯСНЫЕ                                  | 42         | 6,2               | 6,5         | 5,9          | 107                           | 0,3            |
| 2008              | 55            | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ | 108        | 2,2               | 2,9         | 18,5         | 110                           | 9,6            |
| 2008              | 402           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                     | 150        |                   |             | 3,2          | 13                            | 0              |
| 2008              |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 38         | 2,5               | 0,3         | 16,2         | 78                            | 0              |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>522</b> | <b>13,6</b>       | <b>12,7</b> | <b>58,5</b>  | <b>407</b>                    | <b>23,2</b>    |
| <b>Полдник</b>    |               |   |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008              | 451           | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ             | 43         | 3,2               | 4,1         | 14,1         | 106                           | 3,23           |
| 2008              | 435           | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)            | 81         | 2,3               | 2           | 3,4          | 44                            | 0,2            |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>124</b> | <b>5,5</b>        | <b>6,1</b>  | <b>17,5</b>  | <b>150</b>                    | <b>3,43</b>    |
| <b>Ужин</b>       |               |   |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008              | 0610          | КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ        | 65/5       | 5,5               | 4,4         | 14,7         | 121                           | 0,1            |
| 2008              |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                  | 29         | 2,1               | 0,2         | 14,2         | 67                            | 0              |
| 2008              |               | СВЕЖИЙ ФРУКТ                                    | 59         | 0,2               | 0,2         | 5,6          | 27                            | 2,4            |
| 2008              | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ                                   | 180        | 0,2               |             | 4,5          | 18                            | 0,04           |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>338</b> | <b>8</b>          | <b>4,8</b>  | <b>39</b>    | <b>233</b>                    | <b>2,54</b>    |
| <b>Всего</b>      |               |   |            | <b>42,6</b>       | <b>48,1</b> | <b>151,9</b> | <b>1222</b>                   | <b>32,47</b>   |

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.