

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



# МЕНЮ

28 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	83	6,4	13	1,7	150	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	17	0,3		1,8	8	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	31/5/7	2,9	5	11,4	103	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	172	5	5,3	12,9	120	0,9
<b>Итого</b>			<b>315</b>	<b>14,6</b>	<b>23,3</b>	<b>27,8</b>	<b>381</b>	<b>1,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	96	0,5	0,1	10	43	2
<b>Итого</b>			<b>96</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 РАСТИТЕЛЬНЫМ	28	0,3	1,4	2,2	23	0,7
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	146/6	2,2	1,9	11,7	74	12,4
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	41	6,4	6,8	6,3	112	0,3
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛеным ЛУКОМ	105	2,1	3,2	17,9	109	9,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,2	17	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,7	80	0
<b>Итого</b>			<b>515</b>	<b>13,6</b>	<b>13,6</b>	<b>59</b>	<b>415</b>	<b>22,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	42	3	4,2	13,6	104	4,11
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	79	2,3	2	3,3	42	0,2
<b>Итого</b>			<b>121</b>	<b>5,3</b>	<b>6,2</b>	<b>16,9</b>	<b>146</b>	<b>4,31</b>
<b>Ужин</b>								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	61/5	5,6	4	17,2	126	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,8	0,2	12,1	57	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	69	0,3	0,3	6,5	31	2,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,5	18	0,02
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>7,8</b>	<b>4,5</b>	<b>40,3</b>	<b>232</b>	<b>2,82</b>
<b>Всего</b>				<b>41,8</b>	<b>47,7</b>	<b>154</b>	<b>1217</b>	<b>33,23</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

*Моисеева Т.А.*

Моисеева Т.А.