

Утверждаю

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

/Баландина О.В./



МЕНЮ
28 ноября 2024 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	3,8	6,3	19	148	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	36/4/5	2,1	4,9	16,4	119	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,8	2,8	9,4	75	0,53
Итого			365	8,7	14	44,8	342	1,03
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	44	0,2	0,2	4,2	20	1,8
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	90	0,5	0,1	10	44	2
Итого			134	0,7	0,3	14,2	64	3,8
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	34	0,3	2	1,2	25	5,8
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	155/8	2,2	1,5	14,1	82	6,4
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	45	7,9	9,1	4,7	132	0,5
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	101	10,2	2,3	21,3	147	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6,1	25	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,8	86	0
Итого			535	23,4	15,3	65,2	497	13,2
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	47	3,5	4,9	25,5	159	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	83	2,3	2	3,2	43	0,2
Итого			130	5,8	6,9	28,7	202	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	29	4,9	1,9	4,8	55	0,6
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	123	2	2,1	12,5	79	6,7
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	170	0,2	0,1	7,7	33	33,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,3	34	0
Итого			337	8,2	4,2	32,3	201	41,1
Всего				46,8	40,7	185,2	1306	59,33

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.