

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ
29 марта 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		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	7	14,7	1,8	168	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	18	0,4		1,8	9	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	34/5/7	3,3	6,6	11,1	118	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	186	5,4	5,8	12,9	127	1
Итого			340	16,1	27,1	27,6	422	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	79	0,5	0,1	10	43	2
Итого			79	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	27	0,3	0,8	2,3	17	0,8
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	145/6	2,1	2	11,4	74	11,9
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	45	7,3	8	5,5	123	0,3
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	100	2,1	2,6	17,2	101	8,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			3	12	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16	77	0
Итого			511	14,3	13,7	55,4	404	21,9
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	43	3,1	4,6	12,9	105	4,75
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	98	2,8	2,4	4,1	53	0,3
Итого			141	5,9	7	17	158	5,05
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	72/5	6,2	4,9	13,8	124	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,1	0,2	13,9	65	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	65	0,3	0,3	6,1	29	2,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		4,1	17	0,03
Итого			350	8,8	5,4	37,9	235	2,73
Всего				45,6	53,3	147,9	1262	33,18

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.