

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



# МЕНЮ

29 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	87	6,8	13,5	1,8	155	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	16	0,3		1,7	8	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	33/5/7	3,1	5,6	12,3	112	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	181	5,2	5,6	13,2	126	1
<b>Итого</b>			<b>329</b>	<b>15,4</b>	<b>24,7</b>	<b>29</b>	<b>401</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	90	0,5	0,1	10	43	2
<b>Итого</b>			<b>90</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	26	0,2	1	2,2	19	0,8
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	148/6	2,3	2,4	12,3	82	11,8
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	46	6,8	7	7,6	120	0,4
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	108	2,3	2,4	18,7	106	9,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			2,9	12	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,8	86	0
<b>Итого</b>			<b>526</b>	<b>14,4</b>	<b>13,2</b>	<b>61,5</b>	<b>425</b>	<b>22,6</b>
<b>Полдник</b>								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	44	3,4	5	14,4	115	4,31
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	91	2,6	2,3	3,8	49	0,3
<b>Итого</b>			<b>135</b>	<b>6</b>	<b>7,3</b>	<b>18,2</b>	<b>164</b>	<b>4,61</b>
<b>Ужин</b>								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	71/5	6,8	4,4	15	127	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2	0,2	13,1	62	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,4	31	2,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		4,2	17	0,03
<b>Итого</b>			<b>351</b>	<b>9,3</b>	<b>4,9</b>	<b>38,7</b>	<b>237</b>	<b>2,83</b>
<b>Всего</b>				<b>45,6</b>	<b>50,2</b>	<b>157,4</b>	<b>1270</b>	<b>33,54</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.