

Утверждаю

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



МЕНЮ
30 января 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	3,7	5,1	19,1	138	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	30/4/5	1,7	4,2	13,6	100	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,4	2,6	9	70	0,42
Итого			359	7,8	11,9	41,7	308	0,82
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	45	0,2	0,2	4,3	20	1,8
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	86	0,5	0,1	10	44	2
Итого			131	0,7	0,3	14,3	64	3,8
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	34	0,3	1,4	1,2	20	5,9
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	151/8	2,2	1,7	13,9	81	6,2
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	43	7,4	8,8	4,4	126	0,5
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	106	10,8	2,5	22,5	156	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			5,9	24	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,6	85	0
Итого			533	23,4	14,8	65,5	492	13
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	45	3,3	5,1	25,5	162	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	74	2	1,7	2,8	38	0,2
Итого			119	5,3	6,8	28,3	200	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	32	5,2	2,5	5,5	65	0,6
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	113	2	2,2	12,6	80	6,6
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	170	0,2	0,1	7	30	33,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,3	0,1	8	38	0
Итого			331	8,7	4,9	33,1	213	40,6
Всего				45,9	38,7	182,9	1277	58,42

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: *М.А. Моисеева*

Моисеева Т.А.