

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

30 октября 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3	5,3	12	108	0,3
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	29/8	2,9	6,5	9,3	108	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	169	4,4	4,6	10,4	102	0,7
Итого			356	10,3	16,4	31,7	318	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	86	0,5	0,1	10	43	2
Итого			86	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	26	0,3	2,7	0,9	28	2,4
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	153/6	2,2	1,5	12,8	75	9,1
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	104	7,7	5,7	21,8	169	11,2
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2		9,6	40	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			479	13	10,3	62,1	394	22,7
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	45	3,8	4,5	24	151	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	79	2,2	1,9	3,2	41	0,1
Итого			124	6	6,4	27,2	192	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	61/8	9,7	7,3	18,2	177	0,12
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		4,1	17	0,22
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	72	0,3	0,3	6,7	32	2,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,6	78	0
Итого			355	12,6	7,8	45,6	304	3,14
Всего				42,4	41	176,6	1251	28,94

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.