

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

12 марта 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,1	4,8	11,7	103	0,3
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	29/8	2,9	6,6	9	108	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	172	4,4	4,8	10,8	104	0,8
Итого			359	10,4	16,2	31,5	315	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	43	2
Итого			83	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	25	0,3	2,6	0,8	28	2,3
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	149/6	2,1	1,2	12	69	8,8
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	100	7	5	21,4	159	11
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2		9,4	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,6	80	0
Итого			469	12,2	9,1	60,2	375	22,1
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	42	3,6	3,8	23	140	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	78	2,1	1,8	3,2	41	0,1
Итого			120	5,7	5,6	26,2	181	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	59/8	9,2	6,6	17,2	166	0,12
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		4,3	18	0,22
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	76	0,3	0,3	7,1	34	3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,4	0,2	16,2	77	0
Итого			356	12	7,1	44,8	295	3,34
Всего				40,8	38,1	172,7	1209	28,64

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.