

Утверждаю

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

МЕНЮ

15 января 2024 г.

Ясли 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	128/20	3,6	5,2	23,7	156	0,98
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	30/4/6	1,6	4,3	14,1	101	1,8
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	27	2,7	2,5	0,2	34	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,5	49	46,2
Итого			395	8,2	12,1	49,5	340	48,98
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	90	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	42	0,2	0,2	4,1	20	4,2
Итого			132	0,7	0,3	14,1	64	6,2
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	39	0,6	2,2	3,2	36	5,3
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	179/8	2,7	2,8	14,7	99	12,7
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	136	9,8	13	22,9	251	11,3
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			7,6	31	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,9	86	0
Итого			554	15,9	18,4	66,3	503	29,8
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	45	3,2	2,7	24,4	136	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	80	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			125	7,9	4,3	31	199	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	30	4,7	3	5,2	66	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	144	2,1	3,5	12,4	91	6,9
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,1	3,2	10,4	83	0,54
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19					0
Итого			373	9,9	9,7	28	240	7,64
Всего				42,6	44,8	188,9	1346	93,42

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.