

Утверждаю

Заведующего МБДОУ

«Детский сад № 379» г. о. Самара

«Детский сад № 379» г.о. Самара /О. А. Ежова



Меню

16 января 2025г.

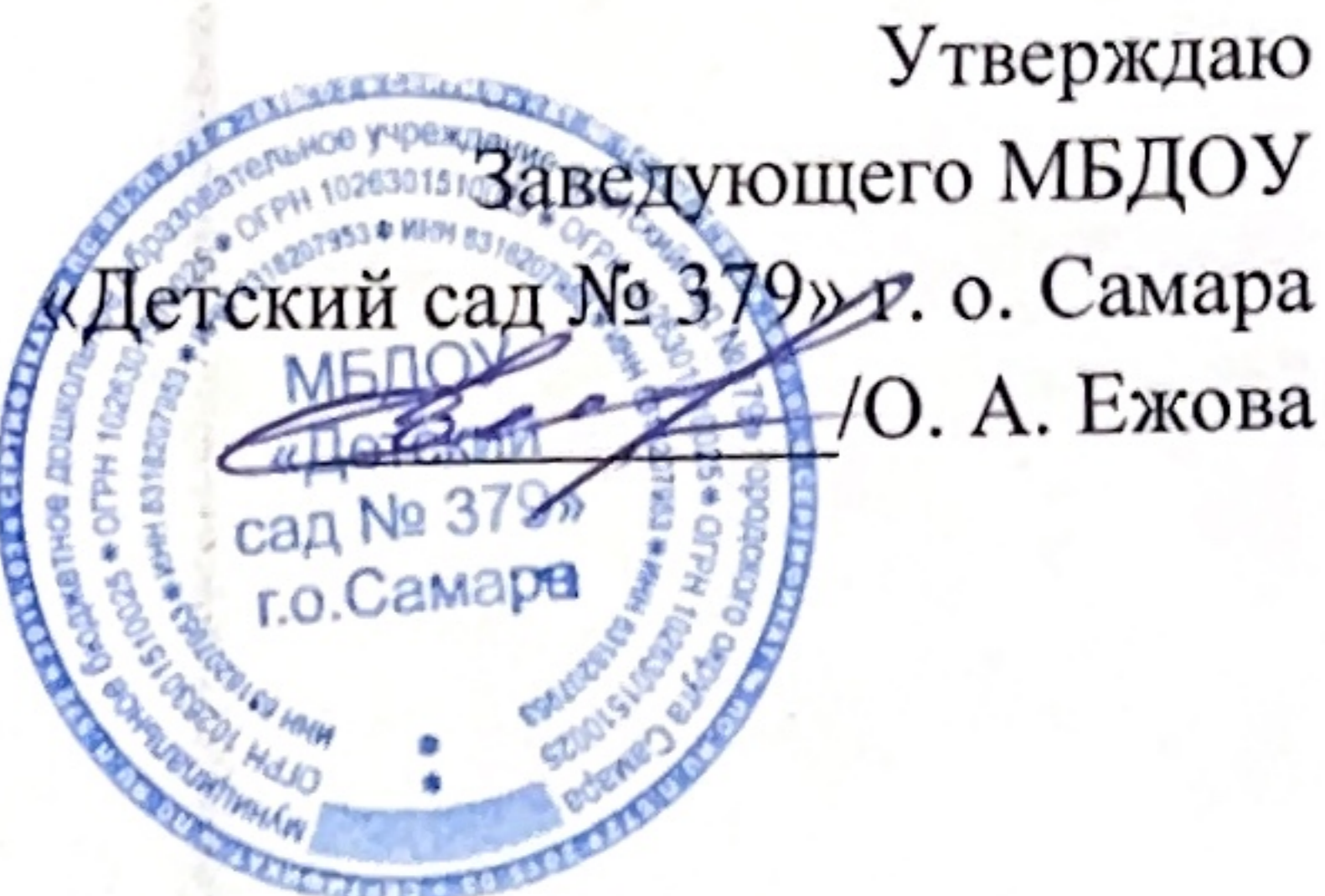
ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
	168	Каша манная молочная	150	9.39	8.41	43.52	279.0	2.18
		Бутерброд с маслом	15/5	2.3	4.3	15.1	105.5	0
		Кофейный напиток	180	1.4	1.2	20.1	96.2	1.17
Итого			350					
II Завтрак								
		Напиток из шиповника	80	0.3	0.1	9.9	39.0	40.0
Итого								
Обед								
		Салат из капусты с морковью	40	0.39	0.1	1.52	17.4	44.0
	85	Суп на м/к бульоне с клецками	150	5.62	8.69	6.4	86.0	12.7
	304	Плов из мяса	150	10.6	11.1	30.9	231.3	1.2
	123	Компот из с/з ягод	150	0.2		23.1	41.0	0.4
		Хлеб пшеничный	17	1.5	0.1	10.0	47.4	0
		Хлеб ржаной	24	3.6	0.5	23	110.8	0
Итого								
Полдник								
		Печенье	35	3.0	3.9	29.8	166.8	0
		Молоко	150	5.1	4.3	7.1	92.5	1.4
Итого			185					
Ужин								
	249	Рыба запеченная в омлете	110	12.6	6.0	3.3	117.6	0.6
	339	Свекла тушеная	90	1.4	2.3	9.5	64.6	3.8
		Хлеб пшеничный	17	2.8	0.2	18.6	87.6	0
		Чай с сахаром, лимоном	185			9.7	38.7	0
Итого			400					
Всего								

Стоимость 179,1

Главный бухгалтер Зеленова / К.В. Зеленова

Заведующий хозяйством Слесарева / В.А. Слесарева



Меню
16 января 2025г.
САД 12 ЧАСОВ

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
	168	Каша манная молочная	200	9.39	8.41	43.52	279.0	2.18
		Бутерброд с маслом	18/5	2.3	4.3	15.1	105.5	0
		Кофейный напиток	180	1.4	1.2	20.1	96.2	1.17
Итого			400					
II Завтрак								
		Напиток из шиповника	80	0.3	0.1	9.9	39.0	40.0
Итого								
Обед								
		Салат из капусты с морковью	50	0.4	0.2	1.52	17.5	44.0
	85	Суп на м/к бульоне с клецками	200	5.62	8.69	6.4	86.0	12.7
	304	Плов из мяса	180	10.6	11.1	36.9	231.3	1.2
	123	Компот из с/з ягод	180	0.2		23.1	41.0	0.4
		Хлеб пшеничный	17	1.5	0.1	10.0	47.4	0
		Хлеб ржаной	24	3.6	0.5	23	110.8	0
Итого								
Полдник								
		Печенье	35	3.0	3.9	29.8	166.8	0
		Молоко	200	5.1	4.3	7.1	92.5	1.4
Итого			235					
Ужин								
	249	Рыба запеченная в омлете	140	12.6	6.0	3.3	117.6	0.6
	339	Свекла тушеная	90	1.4	2.3	9.5	64.6	3.8
		Хлеб пшеничный	17	2.8	0.2	18.6	87.6	0
		Чай с сахаром лимоном	205			9.7	38.7	0
Итого			450					
Всего								

Стоимость 179.1

Главный бухгалтер Зеленова / К.В. Зеленова

Заведующий хозяйством Слесарева / В.А. Слесарева