

Утверждено

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

15 мая 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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	140	3,9	5,9	13,2	123	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	31/8	2,9	6,3	10,3	110	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,4	2,5	7,6	64	0,42
Итого			359	9,2	14,7	31,1	297	0,82
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	43	2
Итого			82	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	35	0,4	1,9	1,3	24	5,6
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	151/7	2,3	1,7	12,1	74	10,3
2008	265	ПЛОВ	106	9,9	7,7	27,5	219	1,6
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			5,9	25	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,4	17,2	83	0
Итого			489	15,3	11,7	64	425	17,9
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	41	3	2,5	22,4	125	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	80	2,2	1,9	3,3	42	0,1
Итого			121	5,2	4,4	25,7	167	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	68/15	9,3	7,4	14,6	165	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,7	84	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	7,2	32	42,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,7	32	6,8
Итого			366	12,6	8	46,2	313	49
Всего				42,8	38,9	177	1245	69,82

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.