

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

# МЕНЮ

5 марта 2025 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	140	3,6	5,5	13,1	117	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	28/8	2,9	5,7	9,3	100	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,1	2,3	7,5	60	0,42
<b>Итого</b>			<b>356</b>	<b>8,6</b>	<b>13,5</b>	<b>29,9</b>	<b>277</b>	<b>0,82</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	90	0,5	0,1	10	43	2
<b>Итого</b>			<b>90</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	34	0,4	3	1,2	34	5,6
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	153/7	2,4	1,5	13,1	76	9,9
2008	265	ПЛОВ	100	7,1	6,6	31,4	214	2
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6,8	28	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,8	0,4	18,2	88	0
<b>Итого</b>			<b>487</b>	<b>12,7</b>	<b>11,5</b>	<b>70,7</b>	<b>440</b>	<b>17,9</b>
<b>Полдник</b>								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	47	3,4	2,8	25,6	143	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	66	1,8	1,6	2,7	35	0,1
<b>Итого</b>			<b>113</b>	<b>5,2</b>	<b>4,4</b>	<b>28,3</b>	<b>178</b>	<b>0,1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	61/15	7,1	7,1	17,5	163	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	3	0,2	19,6	92	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	6,5	28	31,2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	69	0,3	0,3	6,7	32	6,9
<b>Итого</b>			<b>364</b>	<b>10,6</b>	<b>7,7</b>	<b>50,3</b>	<b>315</b>	<b>38,2</b>
<b>Всего</b>				<b>37,6</b>	<b>37,2</b>	<b>189,2</b>	<b>1253</b>	<b>59,02</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.