

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



**МЕНЮ**  
 6 ноября 2024 г.

**Ясли 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	140	4	6,3	13,3	126	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	28/8	2,7	5,3	9,8	98	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180*	2,5	2,6	7,7	65	0,42
<b>Итого</b>			<b>356</b>	<b>9,2</b>	<b>14,2</b>	<b>30,8</b>	<b>289</b>	<b>0,82</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	96	0,5	0,1	10	43	2
<b>Итого</b>			<b>96</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	37	0,4	2,7	1,4	32	5,8
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	149/7	2,3	1,2	13	73	9,5
2008	265	ПЛОВ	103	9,7	10,2	23,5	225	2
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6,2	26	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,6	80	0
<b>Итого</b>			<b>485</b>	<b>15</b>	<b>14,4</b>	<b>60,7</b>	<b>436</b>	<b>17,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	44	3,2	2,7	24,2	135	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	76	2,1	1,8	3,1	40	0,1
<b>Итого</b>			<b>120</b>	<b>5,3</b>	<b>4,5</b>	<b>27,3</b>	<b>175</b>	<b>0,1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	61/15	7,4	6,8	18,3	165	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,5	0,2	16,4	78	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	6,3	28	33,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	73	0,3	0,3	7,1	34	7,3
<b>Итого</b>			<b>362</b>	<b>10,4</b>	<b>7,4</b>	<b>48,1</b>	<b>305</b>	<b>40,5</b>
<b>Всего</b>				<b>40,4</b>	<b>40,6</b>	<b>176,9</b>	<b>1248</b>	<b>61,12</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

*claf*

Моисеева Т.А.