

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
9 октября 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	140	3,7	6,3	13,1	125	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	28/8	2,6	5,2	10,3	99	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,2	2,3	8,5	65	0,42
<b>Итого</b>			<b>356</b>	<b>8,5</b>	<b>13,8</b>	<b>31,9</b>	<b>289</b>	<b>0,82</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	97	0,5	0,1	10	43	2
<b>Итого</b>			<b>97</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	36	0,3	3	1,3	34	5,6
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	153/7	2,2	1,5	13,1	77	10,4
2008	265	ПЛОВ	103	8,2	7,8	29,3	220	1,8
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6,8	28	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>489</b>	<b>13,3</b>	<b>12,7</b>	<b>67,5</b>	<b>441</b>	<b>18,2</b>
<b>Полдник</b>								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	44	3,1	2,6	23,7	133	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	67	1,8	1,6	2,7	35	0,1
<b>Итого</b>			<b>111</b>	<b>4,9</b>	<b>4,2</b>	<b>26,4</b>	<b>168</b>	<b>0,1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	61/15	7,4	6,5	16,1	153	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,5	0,2	16,6	78	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	7,7	33	33,8
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	75	0,3	0,3	7,3	35	7,5
<b>Итого</b>			<b>364</b>	<b>10,4</b>	<b>7,1</b>	<b>47,7</b>	<b>299</b>	<b>41,4</b>
<b>Всего</b>				<b>37,6</b>	<b>37,9</b>	<b>183,5</b>	<b>1240</b>	<b>62,52</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.