

Утверждаю

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

Заведующий

Баландина О.В./

МЕНО

15 октября 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	140	3,2	5,7	10,9	109	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	27/8	2,4	5,7	8,9	97	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,1	2,2	6,9	57	0,42
Итого			355	7,7	13,6	26,7	263	0,82
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	86	0,5	0,1	10	43	2
Итого			86	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	35	0,4	3,6	1,2	40	5,4
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	150/7	2,3	1,2	12,3	72	9,9
2008	265	ПЛОВ	103	8,2	7,7	34,8	242	1,4
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6,1	26	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	15	72	0
Итого			480	13,2	12,8	69,4	452	17,1
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	45	3,3	2,7	24,9	139	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	67	1,9	1,6	2,7	35	0,1
Итого			112	5,2	4,3	27,6	174	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	62/15	7,2	6,4	21,2	172	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,7	0,1	10,9	52	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	6,5	29	35,4
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	66	0,3	0,3	6,5	31	6,6
Итого			345	9,4	6,9	45,1	284	42
Всего				36	37,7	178,8	1216	62,02

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.