

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 апреля 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	3,7	5,2	12,7	114	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	28/8	2,8	5	9,6	96	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,3	2,4	8,4	65	0,42
Итого			356	8,8	12,6	30,7	275	0,82
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	91	0,5	0,1	10	43	2
Итого			91	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	37	0,4	3,3	1,3	37	5,7
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	148/7	2,2	1,2	12,9	72	9,5
2008	265	ПЛОВ	99	8,3	7,5	30,3	221	1,5
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6,7	28	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,4	79	0
Итого			480	13,5	12,3	67,6	437	17,1
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	44	3,1	2,6	23,8	133	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	63	1,7	1,6	2,6	33	0,1
Итого			107	4,8	4,2	26,4	166	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	55/15	6,8	5,2	15,7	138	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,6	0,2	17,1	81	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	7,9	34	39,9
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	71	0,3	0,3	7	33	7,1
Итого			355	9,9	5,8	47,7	286	47
Всего				37,5	35	182,4	1207	67,02

Стоимость: 210 рублей

Ответственный: *Крив* Криворотова Т.Н.