

Утверждаю

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

/Баландина О.В./



**МЕНЮ**  
18 декабря 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	3,9	5,4	13,2	119	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	28/8	2,7	5,2	9,3	96	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,4	2,5	8,5	67	0,42
<b>Итого</b>			<b>356</b>	<b>9</b>	<b>13,1</b>	<b>31</b>	<b>282</b>	<b>0,82</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	94	0,5	0,1	10	43	2
<b>Итого</b>			<b>94</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	2,7	1,2	32	5,3
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	149/7	2,2	1,2	12,1	71	9,7
2008	265	ПЛОВ	98	7,4	6,7	27,8	203	1,9
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			7,2	29	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,9	0,4	18,9	91	0
<b>Итого</b>			<b>483</b>	<b>12,9</b>	<b>11</b>	<b>67,2</b>	<b>426</b>	<b>17,3</b>
<b>Полдник</b>								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	47	3,4	2,9	25,9	145	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	69	1,9	1,6	2,8	36	0,1
<b>Итого</b>			<b>116</b>	<b>5,3</b>	<b>4,5</b>	<b>28,7</b>	<b>181</b>	<b>0,1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	61/15	7,4	5,9	18,8	160	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,4	0,2	16	75	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	7,2	31	33,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	71	0,3	0,3	7	34	7,1
<b>Итого</b>			<b>359</b>	<b>10,3</b>	<b>6,5</b>	<b>49</b>	<b>300</b>	<b>40,3</b>
<b>Всего</b>				<b>38</b>	<b>35,2</b>	<b>185,9</b>	<b>1232</b>	<b>60,52</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.