



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

МЕНЮ
 23 октября 2024 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	3,8	6,6	14,1	132	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	29/8	2,9	5,9	9,5	104	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,3	2,4	8,1	64	0,43
Итого			357	9	14,9	31,7	300	0,83
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	96	0,5	0,1	10	43	2
Итого			96	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	34	0,4	2,9	1,2	33	5,6
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	152/7	2,3	1,8	13,7	82	9,7
2008	265	ПЛОВ	98	7,9	7,5	26,9	207	1,7
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6,5	27	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,4	79	0
Итого			480	13,2	12,5	64,7	428	17,4
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	53	3,8	3,2	28,5	160	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	70	1,9	1,7	2,8	37	0,1
Итого			123	5,7	4,9	31,3	197	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	67/15	8,3	8,3	16,9	177	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,2	0,3	20,8	98	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	7	30	33,4
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	74	0,3	0,3	7,3	35	7,4
Итого			377	12	9	52	340	40,9
Всего				40,4	41,4	189,7	1308	61,23

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.