

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

Заведующий
/Баландина О.В./

МЕНЮ

1 ноября 2023 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	140	4,1	6	14,3	129	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	29/8	3	5	10,3	98	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,8	8,2	70	0,53
Итого			357	9,8	13,8	32,8	297	1,03
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	43	2
Итого			83	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0,4	1,5	1,5	22	7
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	149/7	2,2	2,5	11,7	81	9
2008	265	ПЛОВ	98	9,5	7,9	22	197	1,7
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150	0,1	0,1	6,5	27	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,6	80	0
Итого			483	14,8	12,3	58,3	407	18,2
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	44	3,2	2,6	24	134	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	88	2,4	2,1	3,6	46	0,1
Итого			132	5,6	4,7	27,6	180	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	65/15	8,4	6,8	16,2	162	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	7	31	40
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	67	0,3	0,3	6,6	32	6,7
Итого			357	11,2	7,4	44,9	296	46,8
Всего				41,9	38,3	173,6	1223	68,13

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: *lsl*

Моисеева Т.А.