

Утверждаю

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

3 мая 2023 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	140	4,1	6,2	13,7	128	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/8	2,8	6,4	9,3	106	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,6	2,8	8,3	70	0,52
Итого			358	9,5	15,4	31,3	304	1,02
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	79	0,5	0,1	10	43	2
Итого			79	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	34	0,4	2,7	1,3	31	5,3
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	150/7/3	2,9	2,5	11,1	79	8
2008	265	ПЛОВ	106	8,8	8,7	21,8	201	1,9
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6	25	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,4	79	0
Итого			489	14,7	14,2	56,6	415	15,6
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	42	3	2,5	22,8	128	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	84	2,3	2	3,4	44	0,1
Итого			126	5,3	4,5	26,2	172	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	53/15	6,4	5,5	13,8	131	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,6	0,2	17,1	81	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	6,8	30	34,7
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	75	0,3	0,3	7,4	35	7,5
Итого			357	9,5	6,1	45,1	277	42,2
Всего				39,5	40,3	169,2	1211	60,92

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.