

Утверждаю

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



МЕНЮ

6 марта 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	4,1	5,7	14,2	125	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	29/8	2,9	5,6	9	99	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,9	8,2	71	0,52
Итого			357	9,7	14,2	31,4	295	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	38	0,4	2,5	1,3	30	6
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	150/7	2,2	1,7	12,8	78	9,1
2008	265	ПЛОВ	100	8,5	7,6	25,7	207	1,7
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6	24	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,5	89	0
Итого			489	14	12,2	64,3	428	17,2
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	46	3,3	2,7	24,9	139	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	81	2,3	1,9	3,3	43	0,1
Итого			127	5,6	4,6	28,2	182	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	70/15	9,5	9,5	13,4	178	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	18,8	89	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	6,9	31	39
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	69	0,3	0,3	6,8	33	6,9
Итого			372	12,9	10,1	45,9	331	46
Всего				42,7	41,2	179,8	1279	66,32

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.