

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №350" городского округа Самара
/Баландина О.В./**МЕНЮ**
15 ноября 2023 г.**Ясли 12 часов**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически 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	5,2	14,2	122	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	29/8	3	5,3	9,7	100	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,6	2,7	8,7	71	0,53
Итого			357	9,7	13,2	32,6	293	1,03
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	43	2
Итого			82	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	41	0,4	3,3	1,4	38	6,4
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	147/7	2,1	1,5	12	73	9,2
2008	265	ПЛОВ	105	9,4	8,1	25	212	1,8
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6,4	26	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16	77	0
Итого			488	14,4	13,2	60,8	426	17,8
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	46	3,3	2,7	24,7	138	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	86	2,4	2	3,5	45	0,1
Итого			132	5,7	4,7	28,2	183	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	65/15	8,2	8,1	15,2	170	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	3	0,2	19,5	92	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	7,7	34	40,4
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	76	0,3	0,3	7,5	36	7,6
Итого			375	11,7	8,7	49,9	332	48,1
Всего				42	39,9	181,5	1277	69,03

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.